

**PENGARUH PERMAINAN BOLA PANTUL TERHADAP KETERAMPILAN
PASSING BAWAH BOLAVOLI KELAS XI
SMA NEGERI 2 NGAGLIK SLEMAN
TAHUN AJARAN 2014/2015**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan**



**Oleh:
Arsyan Hafiz Saputro
NIM 11601241085**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI
YOGYAKARTA 2015**

PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul “Pengaruh Permainan Bola Pantul terhadap Keterampilan *Passing* Bawah Bolavoli Kelas XI di SMA Negeri 2 Ngaglik Sleman Tahun Ajaran 2014/2015” yang disusun oleh Arsyah Hafiz Saputro, NIM.11601241085 ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, Juni 2015
Pembimbing

A handwritten signature in black ink, consisting of several overlapping loops and strokes, positioned above the printed name.

Drs. Jaka Sunardi, M.Kes

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “Pengaruh Permainan Bola Pantul terhadap Keterampilan *Passing* Bawah Siswa Kelas XI SMA Negeri 2 Ngaglik Sleman Tahun Ajaran 2014/2015” yang disusun oleh Arsyan Hafiz Saputro, NIM 11601241085, telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, tanggal 7 Juli 2015 dinyatakan lulus.

DEWAN PENGUJI

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
1. Jaka Sunardi, M.Kes	Ketua Penguji		13/8/2015
2. Nurhadi Santoso, M.Pd	Sekretaris Penguji		6/8/2015
3. Hari Yulianto, M.Kes	Penguji I (Utama)		27/2015
4. Dr.Panggung Sutapa	Penguji II (Pendamping)		30/2015

Yogyakarta, Agustus 2015
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Dekan,


Agus Sudarko, M.S.
NIP. 19600824 198601 1 001

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli. Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, Juni 2015
Yang Menyatakan,

Arsyan Hafiz Saputro
NIM. 11601241085

MOTTO

Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan, sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan (Q.S, 94: 5-6)

By choosing a future in teaching, you are committing to working towards making the world a better place (Marilyn Moen)

Pendidikan bukan sebuah jalan untuk menuju tujuan kehidupan, pendidikan merupakan kehidupan itu sendiri (Arsyan Hafiz Saputro)

PERSEMBAHAN

Karya ini, penulis persembahkan kepada:

1. Ibu dan Ayah (Sugiarsa BA dan Sumarni) yang telah merawat, mendidik, dan mengayomi tanpa pamrih kepada penulis hingga sekarang.
2. Kakak-kakaku (Irfan Kurniawan, S.Pd.Jas, Seni Triwini, SH, Dyah Ayu Isnaeni, S.Pd) yang memberikan arahan dan motivasi kepada penulis.
3. Keponakanku Dhiya Si Cantika Ayla yang selalu menjadi penghibur dan pemberi semangat kepada penulis.
4. Keluarga bapak serta keluarga ibu yang atas seizin Allah telah membantu penulis secara moral maupun materil dalam menempuh studi di sini.

KATAPENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah S.W.T, karena atas kasih dan rahmat-Nya sehingga penyusunan tugas akhir skripsi dengan judul “Pengaruh Permainan Bola Pantul Terhadap Keterampilan *Passing* Bawah Bolavoli Kelas XI SMA Negeri 2 Ngaglik Sleman Tahun Ajaran 2014/2015” dapat diselesaikan dengan lancar.

Selesainya penyusunan tugas akhir skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak, untuk itu pada kesempatan ini disampaikan ucapan terima kasih sebesar-besarnya kepada yang terhormat:

1. Bapak Prof. Dr. Rochmat Wahab, M.Pd M.A. Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk belajar di Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Bapak Rumpis Agus Sudarko, M.S. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan ijin penelitian.
3. Bapak Amat Komari, M.Si, Ketua Jurusan POR, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, yang telah dengan ikhlas memberikan ilmu, tenaga, dan waktunya untuk selalu memberikan yang terbaik dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak Ahmad Rithaudin, M. Or, Penasehat Akademik yang telah dengan ikhlas memberikan ilmu kepada peneliti.
5. Bapak Jaka Sunardi, M.Kes, Pembimbing skripsi, yang telah dengan ikhlas memberikan ilmu, tenaga, dan waktunya untuk selalu memberikan yang terbaik dalam menyelesaikan skripsi ini.

6. Seluruh dosen dan staf jurusan POR yang telah memberikan ilmu dan informasi yang bermanfaat.
7. Teman-teman PJKR B 2011, terimakasih kebersamaannya, maaf bila banyak salah.
8. Untuk almamaterku FIK UNY.
9. Kedua orang tuaku tercinta yang senantiasa mengirimkan doa untuk penulis.
10. Kepala Sekolah, Guru, dan Siswa SMA Negeri 2 Ngaglik yang telah memberikan izin dan membantu penelitian.
11. Semua pihak yang telah membantu baik secara langsung maupun tidak langsung sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

Penulis menyadari bahwa tugas akhir ini masih sangat jauh dari sempurna, baik penyusunannya maupun penyajiannya disebabkan oleh keterbatasan pengalaman dan pengetahuan yang dimiliki penulis. Oleh karena itu, segala bentuk masukan yang membangun sangat penulis harapkan baik itu dari segi metodologi maupun teori yang digunakan untuk perbaikan lebih lanjut. Semoga tugas akhir ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dan pembaca pada umumnya

Yogyakarta, Juli 2015

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN.....	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	v
PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
ABSTRAK	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Batasan Masalah	4
D. Perumusan Masalah.....	4
E. Tujuan Penelitian.....	5
F. Manfaat Penelitian.....	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Diskripsi Teori.....	6
1. Hakikat Keterampilan.....	6
a. Pengertian Keterampilan.....	6
b. Keterampilan Olahraga.....	7
2. Hakikat Permainan Bolavoli.....	8
3. Hakikat <i>Passing</i> Bawah.....	9
4. Hakikat Permainan Bola Pantul.....	13
B. Penelitian yang Relevan	14
C. Kerangka Berfikir	17
D. Hipotesis.....	17

BAB III METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian	18
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	19
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	19
D. Populasi dan Sampel Penelitian	20
E. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data	21
F. Teknik Analisis Data	24
1. Uji Prasyarat Analisis.....	24
2. Uji Hipotesis Penelitian.....	25
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian.....	27
1. <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kemampuan <i>Passing</i> Bawah	27
2. Uji Prasyarat	26
a. Uji Normalitas	28
b. Uji Homogenitas	29
3. Perbandingan <i>Pretest</i> dan <i>Posttest Passing</i> Bawah.....	29
B. Pembahasan	30
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	33
B. Implikasi Hasil Penelitian.....	33
C. Keterbatasan Penelitian.....	34
D. Saran.....	34
DAFTAR PUSTAKA	36
LAMPIRAN	38

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran1.	Surat Ijin dari Fakultas	38
Lampiran2.	Rekomendasi Penelitian Kantor Kesatuan Bangsa	39
Lampiran 3.	Surat Ijin dari Kabupaten Sleman	40
Lampiran4.	Surat Keterangan dari SMA Negeri 2 Ngaglik	41
Lampiran5.	<i>Expert Judgment</i>	42
Lampiran6.	Kalibrasi Stopwatch	43
Lampiran7.	Kalibrasi Ban Ukur	45
Lampiran8.	Daftar Presensi Penelitian	47
Lampiran9.	Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	48
Lampiran10.	Diskripsi Statistik	49
Lampiran11.	Uji Normalitas	55
Lampiran12.	Uji Homogenitas	60
Lampiran13.	Tabel t.....	61
Lampiran14.	Program Latihan.....	62
Lampiran15.	Dokumentasi	77

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Desain penelitian <i>One Group Pretest-Posttest Design</i>	18
Tabel 2. Jadwal Pembelajaran Eksperimen (Jadwal Penelitian)	19
Tabel 3. Diskripsi Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	27
Tabel 7. Uji Normalitas	28
Tabel 8. Uji Homogenitas	29
Tabel 9. Uji-t Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Passing Bawah	30

DAFTAR GAMBAR

Gambar1. Sikap lengan saat <i>passing</i> bawah satu tangan	11
Gambar2. <i>The Dig (Clenched First Method)</i>	11
Gambar3. Mengemis (<i>Thumb Over Palm Method</i>)	12
Gambar4. Gambar Tes <i>Passing</i> Bawah	22
Gambar5. Grafik <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	28

**PENGARUH PERMAINAN BOLA PANTUL TERHADAP
KETERAMPILAN PASSING BAWAH BOLAVOLI
KELAS XI SMA NEGERI 2 NGAGLIK SLEMAN
TAHUN AJARAN 2014/2015**

Oleh:

Arsyan Hafiz Saputro
NIM. 11601241085

ABSTRAK

Keterampilan *passing* bawah siswa kelas XI SMA Negeri 2 Ngaglik masih kurang. Belum diketahuinya pengaruh permainan bola pantul terhadap keterampilan *passing* bawah dalam permainan bolavoli di SMA Negeri 2 Ngaglik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh permainan bola pantul terhadap peningkatan keterampilan *passing* bawah siswa kelas XI SMA Negeri 2 Ngaglik.

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen semu, dengan desain penelitian yang digunakan adalah “*One Group Pretest-Posttest Design*”. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI SMA Negeri 2 Ngaglik yang berjumlah 180 siswa. Pengambilan sampel dilakukan dengan cara *cluster random sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 30 siswa. Instrumen yang digunakan untuk tes keterampilan *passing* bawah adalah *Brumbach forearms pass wall volley test*.

Analisis data menggunakan uji t yaitu dengan membandingkan hasil *pretest* dengan *posttest* pada kelompok eksperimen hasil analisis menunjukkan bahwa: ada pengaruh permainan bola pantul terhadap peningkatan keterampilan *passing* bawah siswa kelas XI SMA Negeri 2 Ngaglik dan nilai signifikansi $0.000 < 0.05$, sehingga H_a dapat diterima. Rata-rata *Pretest* sebesar 15,6667 dan rata-rata *Posttest* sebesar 22,9333 maka dapat diketahui perbedaan rata-rata sebesar 7,26667 lebih banyak setelah diberikan latihan dan persentase peningkatan kemampuan *passing* bawah siswa kelas XI SMA Negeri 2 Ngaglik Sleman meningkat sebesar 46,38 % setelah diberikan latihan permainan bola pantul.

Kata kunci: *permainan bola pantul, passing bawah*

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan bagi kehidupan umat manusia merupakan kebutuhan mutlak yang harus dipenuhi sepanjang hayat. Tanpa pendidikan sama sekali mustahil suatu kelompok manusia dapat hidup berkembang sejalan dengan aspirasi (cita-cita) untuk maju, sejahtera dan bahagia menurut konsep pandangan hidup mereka.

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan salah satu wadah yang dapat membantu individu untuk dapat berkembang secara menyeluruh. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan tidak hanya terfokus pada aspek motoriknya saja tetapi juga terdapat aspek kognitif dan afektif. Sehingga pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dapat dikembangkan di lingkup satuan pendidikan sehingga dapat mengembangkan peserta didik yang ada. Oleh karena itu, pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan menjadi salah satu mata pelajaran yang diajarkan di sekolah dari jenjang pendidikan dasar sampai jenjang pendidikan menengah atas melalui aktivitas fisik, selain itu pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan juga dapat membiasakan siswa untuk melakukan pola hidup sehat.

Cabang olahraga yang menjadi salah satu materi yang diajarkan di Sekolah Menengah Atas adalah bolavoli. Bolavoli merupakan cabang olahraga yang sudah tidak asing lagi bagi masyarakat di Indonesia, baik masyarakat perkotaan maupun masyarakat pedesaan karena untuk melakukan olahraga ini tidak membutuhkan biaya terlalu banyak, sarana dan

prasarananya pun mudah didapatkan. Banyak masyarakat menyukai olahraga ini sehingga banyak pula masyarakat yang ingin mempelajari permainan bolavoli secara lebih jauh. Sekolah merupakan salah satu tempat yang tepat untuk bisa belajar tentang permainan bolavoli dengan teknik- teknik yang benar.

Dalam pembelajaran bolavoli sendiri terdapat beberapa teknik dasar yaitu:

1. *Serve* terdiri dari *serve* bawah dan *serve* atas ; 2. *Passing* terdiri dari *passing* atas dan *passing* bawah; 3. *Smash*; 4. *Block*. Dari keempat teknik dasar di atas, *passing* merupakan salah satu teknik yang penting dan fundamental dalam permainan bolavoli. Bagi para pemula selain *serve*, *passing* bawah sangat menentukan jalannya permainan pada bolavoli, oleh karena itu untuk pembelajaran bolavoli di sekolah *passing* bawah adalah teknik terpenting yang harus dipelajari dan dikuasai dengan baik oleh para peserta didik.

Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan di SMA Negeri 2 Ngaglik Sleman, dengan melakukan wawancara dan diskusi dengan salah satu guru penjasorkes diperoleh informasi bahwa di SMA Negeri 2 Ngaglik Sleman, nilai bolavoli khususnya *passing* bawah pada siswa kelas XI SMA Negeri 2 Ngaglik Sleman masih rendah dan masih banyak siswa yang belum dapat memenuhi standar Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yang telah ditentukan di sekolah tersebut. Hal tersebut menimbulkan berbagai pertanyaan, apakah sekolah tersebut mematok standar KKM terlalu tinggi sehingga siswa sulit untuk dapat memenuhi kriteria yang ditentukan ataukah memang kualitas pembelajaran, baik dari guru maupun siswanya yang

kurang optimal sehingga mempengaruhi hasil belajar siswa. Sebagai guru penjasorkes untuk mengantisipasi hal tersebut maka harus pandai-pandai membuat inovasi pembelajaran sebaik mungkin untuk dapat meningkatkan hasil belajar siswanya sehingga dengan Kriteria Ketuntasan Minimal yang telah ditentukan dapat terpenuhi.

Banyak faktor yang menjadi penyebab kurang baiknya nilai PJOK yang di peroleh siswa. Salah satunya adalah faktor internal dari diri siswa tersebut, dimana siswa merasa jenuh atau bosan dengan materi yang diajarkan oleh guru, karena guru hanya memberikan materi pokok tanpa disertai permainan atau variasi pembelajaran yang menarik yang dapat meningkatkan minat atau motivasi siswa dalam mengikuti pelajaran PJOK, sehingga perlu diadakannya materi pembelajaran yang bervariasi dan menarik.

Bermain bola pantul adalah bentuk latihan untuk meningkatkan kemampuan dasar *passing* bawah siswa. Bermain bola pantul ini salah satu bentuk latihan yang belum pernah diterapkan dalam pembelajaran permainan bolavoli di SMA Negeri 2 Ngaglik Sleman. Dengan bentuk latihan permainan bola pantul ini kemungkinan siswa akan merasa lebih tertarik dan termotivasi dalam melakukan latihan. Kemudian, siswa akan memperoleh sesuatu yang baru, menyenangkan dan mampu membuat siswa bergerak aktif dalam pembelajaran bolavoli. Sehingga diharapkan akan memberikan dampak positif bagi siswa untuk giat dalam mengikuti pembelajaran PJOK khususnya materi *passing* bawah agar dapat meningkatkan hasil prestasi dan mengembangkan potensi siswa.

Dari latar belakang masalah maka peneliti ingin mengadakan penelitian tentang pembelajaran bolavoli yang berjudul “Pengaruh Permainan Bola Pantul Terhadap Keterampilan *Passing* Bawah Bolavoli Kelas XI SMA Negeri 2 Ngaglik Sleman Tahun Ajaran 2014/2015”

B. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang masalah yang telah disampaikan diatas, maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut :

1. Siswa belum mampu melakukan teknik dasar dengan baik terutama *passing* bawah.
2. Pemberian bentuk latihan permainan bolavoli masih kurang bervariasi.
3. Siswa merasa jenuh atau bosan dengan materi yang diajarkan oleh guru.
4. Belum diketahuinya pengaruh permainan bola pantul terhadap kemampuan dasar *passing* bawah dalam pembelajaran bolavoli di SMA Negeri 2 Ngaglik Sleman.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan mengingat banyak permasalahan yang diidentifikasi serta karena keterbatasan waktu, maka perlu adanya pembatasan masalah. Pokok permasalahan yang akan diteliti yaitu hanya meneliti pengaruh permainan bola pantul terhadap keterampilan *passing* bawah bolavoli kelas XI SMA Negeri 2 Ngaglik Sleman tahun ajaran 2014/2015.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan batasan masalah, maka yang dijadikan rumusan masalah dalam penelitian ini adalah

apakah permainan bola pantul dapat meningkatkan kemampuan *passing* bawah bolavoli siswa kelas XI SMA Negeri 2 Ngaglik Sleman Tahun Ajaran 2014/ 2015?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan masalah yang sudah dirumuskan di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh permainan bola pantul terhadap keterampilan *passing* bawah bolavoli pada siswa kelas XI SMA Negeri 2 Ngaglik Sleman Tahun Ajaran 2014/ 2015?

F. Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat secara teoritis maupun praktis:

1. Secara Teoritis

Dapat menunjukkan bahwa permainan bola pantul bisa meningkatkan kemampuan *passing* bawah dalam permainan bolavoli.

2. Secara Praktis

- a. Bagi Sekolah, mengetahui permainan bola pantul lebih efektif untuk diberikan kepada siswa agar memperoleh hasil yang maksimal.
- b. Bagi Siswa, mengetahui tingkat kemampuan *passing* bawah dalam permainan bolavoli dan siswa dapat lebih meningkatkan kembali kemampuannya untuk berprestasi.
- c. Bagi peneliti lainnya, Penelitian ini dapat menambah informasi kepada peneliti lainnya untuk dapat dikembangkan lebih lanjut.

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Diskripsi Teori

1. Hakikat Keterampilan

a. Pengertian Keterampilan

Keterampilan adalah hasil belajar pada ranah psikomotorik, yang terbentuk menyerupai hasil belajar kognitif. Keterampilan adalah kemampuan untuk mengerjakan atau melaksanakan sesuatu dengan baik (Nasution, 2003: 28). Maksud dari pendapat tersebut bahwa kemampuan adalah kecakapan dan potensi yang dimiliki oleh seseorang untuk menguasai suatu keahlian yang dimilikinya sejak lahir. Kemampuan tersebut merupakan suatu hasil latihan yang digunakan untuk melakukan sesuatu. Melalui pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa kemampuan seseorang itu dapat tumbuh melalui latihan-latihan yang dilakukan oleh orang itu sendiri.

Istilah terampil biasanya digunakan untuk menggambarkan tingkat kemampuan seseorang yang bervariasi. Keterampilan (*skill*) merupakan kemampuan untuk mengoperasikan pekerjaan secara mudah dan cermat (Sri Widiastuti dan Nur Rohmah M, 2010: 49). Sedangkan menurut Hari Amirullah (2003: 17) istilah terampil juga diartikan sebagai suatu perbuatan atau tugas, dan sebagai indikator dari suatu tingkat kemahiran.

Menurut Singer dikutip oleh Amung Ma'mun dan Yudha M. Saputra (2000: 61), keterampilan adalah derajat keberhasilan yang

konsisten dalam mencapai suatu tujuan dengan efektif. Menurut Hottinger (Hari Amirullah, 2003: 18), keterampilan gerak berdasarkan faktor-faktor genetik dan lingkungan dapat dibagi dua yaitu: (a) keterampilan *phylogenetic*, adalah keterampilan yang dibawa sejak lahir, yang dapat berkembang seiring dengan bertambahnya usia anak tersebut. (b) keterampilan *ontogenetic*, merupakan keterampilan yang dihasilkan dari latihan dan pengalaman sebagai hasil dari pengaruh lingkungan.

Dengan demikian dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa untuk mencapai suatu tingkat keterampilan yang baik, perlu memperhatikan hal sebagai berikut: Pertama, faktor individu/pribadi yaitu kemauan serta keseriusan dari individu itu sendiri berupa motivasi yang besar untuk menguasai keterampilan yang diajarkan. Kedua, faktor proses belajar mengajar menunjuk kepada bagaimana kondisi belajar dapat disesuaikan dengan potensi individu, dan lingkungan sangat berperan dalam penguasaan keterampilan. Ketiga, faktor situasional menunjuk pada metode dan teknik dari latihan atau praktek yang dilakukan.

b. Keterampilan Olahraga

Menurut Sudrajat Prawirasaputra (2000: 19) menyatakan bahwa penguasaan keterampilan pada setiap cabang olahraga berlandaskan pada penguasaan keterampilan dasar. Sedangkan Menurut Amung Ma'mun dan Yudha M. Saputra (2000: 63), ada tiga sistem yang dapat mewakili penggolongan keterampilan gerak yaitu: (a) stabilitas lingkungan, (b)

jelas tidaknya titik awal serta akhir dari gerakan, dan (c) ketepatan gerakan yang dimaksud.

Dapat disimpulkan bahwa keterampilan olahraga adalah gerakan-gerakan dasar dalam olahraga yang dilakukan dengan satu teknik lalu gerakan yang dilakukan secara efektif dan efisien untuk dapat menghasilkan hasil yang maksimal. Untuk menjadi seorang olahragawan diperlukan keterampilan olahraga yang baik agar dapat mencapai prestasi.

2. Hakikat Permainan Bolavoli

Permainan bolavoli merupakan permainan beregu yang terdiri dari dua kelompok yang akan saling bertanding, dimana setiap kelompok terdiri dari 6 orang yang menempati lapangan petak masing-masing yang dibatasi oleh net, tiap kelompok harus berusaha memukul bola sampai melewati net dan akan mendapat poin 1 jika bola berhasil jatuh ke petak lawan (*rally point*), permainan selesai apabila salah satu tim mencapai angka 25. Dalam kedudukan 24-24, permainan dilanjutkan sampai tercapai selisih 2 (dua) angka.

Ada banyak pengertian tentang permainan bolavoli, beberapa di antaranya yaitu menurut Machfud Irsyada (2000: 13), Permainan bola voli adalah olahraga beregu. Setiap regu berada pada petak lapangan permainan masing-masing dengan dibatasi oleh net. Bola dimainkan dengan satu atau kedua tangan hilir mudik atau bolak-balik melalui atas net secara teratur

sampai bola menyentuh lantai (mati) di petak lawan dan mempertahankan agar bola tidak mati di petak permainan sendiri.

Sedangkan dalam PP PBVSI (2005: 1), permainan bolavoli adalah olahraga yang dimainkan oleh dua tim dalam setiap lapangan dengan dipisahkan oleh sebuah net. Terdapat versi yang berbeda untuk digunakan pada keadaan khusus dan pada akhirnya adalah untuk menyebarluaskan kemahiran bermain kepada setiap orang. Tujuan dari permainan bola voli adalah melewatkan bola di atas net agar dapat jatuh menyentuh lantai lapangan lawan untuk mencegah usaha yang sama dari lawan. Setiap tim dapat memainkan tiga pantulan untuk mengembalikan bola (di luar perkenaan blok). Bola dinyatakan dalam permainan setelah bola dipukul oleh pelaku servis melewati atas net ke daerah lawan. Permainan dilanjutkan hingga bola menyentuh lantai, bola “keluar” atau satu tim gagal mengembalikan bola secara sempurna. Dalam permainan bola voli, tim yang memenangkan sebuah reli memperoleh satu angka (*Rally Point System*). Apabila tim yang sedang menerima servis memenangkan reli, akan memperoleh satu angka dan berhak untuk melakukan servis berikutnya, serta pemainnya melakukan pergeseran satu posisi searah jarum jam.

3. Hakikat *Passing Bawah*

Ada beberapa teknik yang diperlukan dalam permainan bolavoli sebagai langkah untuk melakukan permainan bolavoli. Menurut M. Yunus

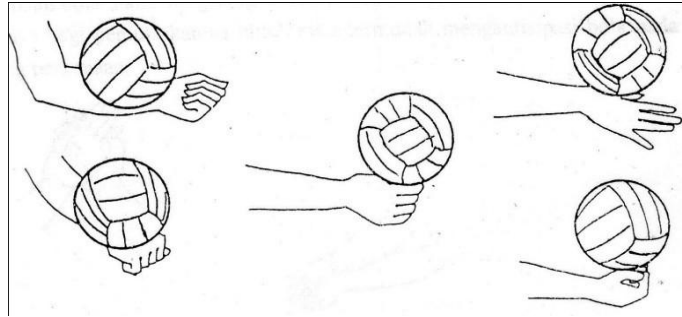
(1992: 68), teknik-teknik dalam permainan bolavoli meliputi: servis, *passing*, umpan (*set-up*), smash (*spike*), bendungan (*block*).

Passing bawah merupakan teknik pada permainan bolavoli yang sangat mendasar, *passing* bawah digunakan sebagai langkah awal untuk menyusun pola serangan kepada regu lawan. *Passing* bawah dilakukan dengan cara memukul bola dari bawah dengan perkenaan pada lengan.

Passing bawah menurut Nuril Ahmadi (2007: 23) adalah teknik memainkan bola dengan sisi lengan bawah bagian dalam baik dengan menggunakan satu atau pun dua lengan secara bersamaan. Kegunaan dari *passing* bawah bolavoli antara lain adalah untuk menerima bola servis, menerima bola smash atau serangan dari lawan, untuk mengambil bola setelah terjadi blok atau bola pantul dari net, untuk menyelamatkan bola yang terpantul keluar menjauhi lapangan permainan dan untuk mengambil bola rendah yang datang secara tiba-tiba.

Menurut Herry Koesyanto (2003: 26), dalam melakukan *passing* bawah dapat dilakukan dengan dua cara yaitu dengan satu tangan dan dua tangan. *Passing* bawah satu tangan biasanya dipergunakan apabila bola berada agak jauh dari badan dan agak rendah. Bentuk-bentuk melakukan *passing* bawah antara lain:

- a. Menggunakan lengan dengan jari-jari menggenggam
- b. Punggung tangan dengan jari-jari terbuka
- c. Pergelangan tangan bagian dalam dengan tangan menggenggam

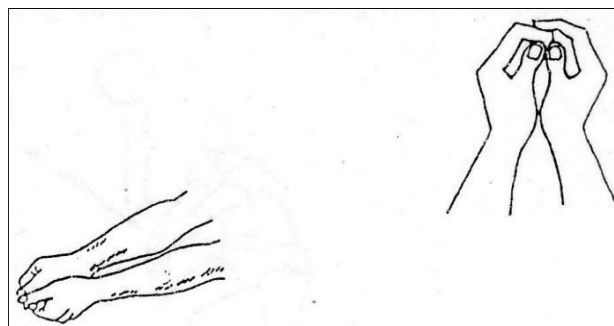


Gambar 1. Sikap lengan saat *passing* bawah satu tangan

Sumber : (Herry Koesyanto, 2003: 26)

Sedangkan *passing* bawah dengan dua tangan ada beberapa bentuk sikap tangan sebelum melakukan *passing* bawah dua tangan antara lain:

- a. *The Dig (Clenched First Method)* yaitu kedua ibu jari sejajar dan jari- jari tangan yang satu membungkus jari tangan lainnya, ininasalnya dari Amerika. Bentuk ini sering digunakan bagi pemain yang sudah tinggi kemampuan *passing* bawahnya, karena lebih fleksibel apabila menerima bola dari arah manapun.

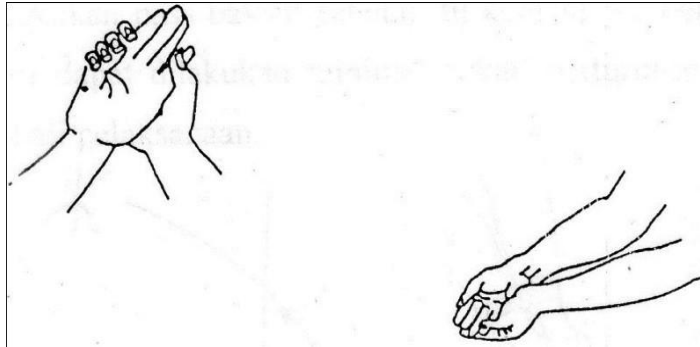


Gambar 2. *The Dig (Clenched First Method)*

Sumber : (Herry Koesyanto, 2003: 26)

- b. *Mengemis (Thumb Over Palm Method)* yaitu kedua telapak tangan menghadap ke atas dengan punggung satu tangan

menempel pada telapak tangan lainnya dan dijepit ibu jari. Perkenaan bola diatas pergelangan tangan (bagian proksimal) bentuk ini lebih tepatnya bagi pemula karena untuk mempermudah mengantisipasi bola pada bidang perkenaan.



Gambar 3. Mengemis (*Thumb Over Palm Method*)

Sumber : (Herry Koesyanto, 2003: 27)

Menurut Nuril Ahmadi (2007: 23) teknik *passing* bawah terdiri dari beberapa tahapan, antara lain :

- a. Persiapan
 - 1) Bergerak ke arah datangnya bola dan atur posisi tubuh
 - 2) Genggam jemari tangan
 - 3) Kaki dalam posisi meregang dengan santai, bahu terbuka lebar
 - 4) Tekuk lutut tahan tubuh dalam posisi rendah
 - 5) Bentuk landasan dengan lengan
 - 6) Siku terkunci
 - 7) Lengan sejajar dengan paha
 - 8) Pinggang lurus
 - 9) Pandangan ke arah bola
- b. Pelaksanaan
 - 1) Terima bola didepan badan
 - 2) Kaki sedikit diulurkan
 - 3) Berat badan dialihkan kedepan
 - 4) Pukulah bola jauh dari badan
 - 5) Pinggul bergerak kedepan
 - 6) Perhatikan bola saat menyentuh lengan.
 - 7) Perkenaan pada lengan bagian dalam pada permukaan yang luas diantara pergelangan tangan dan siku.

- c. Gerakan lanjutan
 - 1) Jari tangan tetap digenggam.
 - 2) Siku tetap terkunci.
 - 3) Landasan mengikuti bola ke sasaran.
 - 4) Pindahkan berat badan ke arah sasaran.
 - 5) Perhatikan bola bergerak ke sasaran.

4. Hakikat Permainan Bola Pantul

G.Durrwachter (1990: 32) menyebutkan salah satu bentuk latihan bolavoli adalah permainan tenis / permainan bola pantul. Bola yang datang melewati atas net yang dibentangkan mula-mula harus terpantul dulu ke lantai setelah itu dilakukan passing bawah melewati bentangan net ke arah teman di lapangan seberang, begitu seterusnya. Permainan ini dimaksudkan untuk melatih rentang tungkai dan tubuh pada saat melakukan *passing*, serta mengajarkan pengoperan bola yang melambung tinggi. Bentuk latihan yang digunakan dalam penelitian ini adalah latihan dengan permainan bola pantul, karena dengan menggunakan bentuk latihan bermain siswa akan termotivasi dan lebih giat untuk mengikuti kegiatan pembelajaran bolavoli.

Berdasarkan karakteristik permainan tenis / bermain bola pantul di atas, maka dapat diidentifikasi kelebihanannya. Menurut G.Durrwachter (1990: 32) kelebihan dalam permainan bola pantul :

- a. Lebih mudah dilakukan oleh anak yang belum terampil karena bola ditunggu sampai memantul dahulu sebelum di*passing*.
- b. Pada saat bola memantul anak memiliki banyak waktu untuk mempersiapkan gerakan *passing* dengan baik.
- c. Bola akan lebih mudah dikendalikan karena kecepatan bola semakin pelan ketika memantul ke lantai.

Permainan bola pantul merupakan bentuk latihan yang mudah dilakukan karena siswa akan memiliki banyak waktu untuk melakukan gerakan mengambil bola yang memantul ke lantai. Bola yang memantul akan memberikan banyak waktu kepada siswa untuk mempersiapkan gerakan atau teknik selanjutnya. Kemudian, dengan permainan bola pantul ini siswa akan dapat merasa lebih senang dan mudah berhasil dalam menguasai teknik dalam permainan bolavoli. Dimana keberhasilan itu dapat mendorong siswa untuk mencapai keberhasilan berikutnya. Menurut Yusuf Hadisasmita dan Aip Syarifuddin (1996: 139), “Dengan keberhasilan yang dicapai, pemain akan memperoleh suatu kebanggaan tersendiri sehingga sukses tersebut akan mendorongnya untuk mencapai keberhasilan yang lebih tinggi”.

B. Penelitian Relevan

Penelitian yang relevan adalah penelitian yang hampir sama untuk digunakan sebagai acuan atau pendukung. Adapun penelitian yang relevan dengan penelitian yang akan dilaksanakan adalah:

1. Pengaruh Metode Bermain terhadap Peningkatan *Passing* Bawah Bolavoli Peserta Ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Bantul” oleh Betut Sendra Wijaya (2013). Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah setelah diberikan metode bermain teknik *passing* bawah dapat meningkatkan kemampuan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler di SMA N 1 Bantul. Subjek dalam penelitian ini adalah peserta ekstrakurikuler bolavoli laki-laki di SMA N 1 Bantul berjumlah 20 siswa. Hasil penelitian menunjukkan

bahwa terdapat pengaruh yang signifikan metode bermain terhadap kemampuan *passing* bawah bolavoli peserta ekstrakurikuler SMA N 1 Bantul. Hasil penelitian menunjukkan besarnya rata-rata untuk data *pre test* adalah sebesar 17,60 dan nilai rata-rata untuk data *post test* adalah sebesar 21,10. Hasil ini menunjukkan kemampuan *passing* bawah siswa peserta ekstrakurikuler bolavoli SMA Negeri 1 Bantul setelah berlatih dengan metode bermain meningkat sebesar 3,50 atau sebesar 19,89% dari saat *pre test*. Dalam hal ini dapat dikatakan pengaruh yang diberikan pelatihan model bermain sebesar 19,89%.

2. Upaya Meningkatkan Prestasi Belajar Passing Bawah dalam Bola Voli Melalui Pendekatan Bermain Bola Pantul pada Siswa Kelas VIII D di SMP Negeri 3 Paguyangan” oleh Ardiansyah Al Asyari (2012). Tujuan dari penelitian ini adalah upaya meningkatkan prestasi belajar *passing* bawah dalam bola voli melalui pendekatan bermain bola pantul pada siswa kelas VIII D SMP Negeri 3 Paguyangan Tahun pelajaran 2012/2013 sehingga tercapai ketuntasan belajar. Subjek dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIII D di SMP Negeri 3 Paguyangan yang berjumlah 41 siswa. Hasil penelitian pada Siklus I prestasi belajar *passing* bawah mengalami peningkatan menjadi 6,90 dengan ketuntasan 46 % dan pada siklus II terjadi peningkatan yang signifikan dalam prestasi belajar *passing* bawah menjadi 8,55 dengan ketuntasan 100%.

C. Kerangka Berfikir

Pada dasarnya siswa di sekolah menengah atas sangat senang dengan olahraga. Sedangkan permainan bolavoli termasuk di dalamnya. Olahraga permainan bolavoli dapat dilakukan oleh semua kalangan khususnya baik untuk siswa SMA. Permainan bolavoli merupakan materi pokok dan materi pilihan maka teknik dasar permainan bolavoli harus diajarkan kepada siswa. Teori pelatihan erat kaitannya dengan teori bermain, karakteristik siswa sekolah menengah atas dan kemampuan teknik dasar *passing* bawah bolavoli.

Penguasaan teknik dasar *passing* bawah dalam permainan bolavoli adalah penting karena keberhasilan suatu regu dalam pertandingan bolavoli banyak ditentukan oleh *passing*. Teknik *passing* bawah selalu dipergunakan dalam permainan untuk bertahan dari serangan lawan atau pun untuk menyusun serangan. Teknik *passing* bawah ini harus dipelajari sejak dini dan merupakan dasar bagi siswa untuk mengembangkan teknik *passing* bawah yang lainnya. Permainan bolavoli menuntut siswa untuk selalu aktif bergerak di dalam lapangan, arah bola yang akan *dipassing* datangnya belum tentu sesuai dengan apa yang diharapkan, sehingga menuntut kita untuk bergerak mendekat bola agar dapat *dipassing* dengan baik. Cara melatih gerak yang aktif serta koordinasi seluruh anggota badan diharapkan dapat meningkatkan penguasaan gerak aktif pada diri siswa.

Karakteristik siswa sekolah menengah atas yang masih menyukai bermain atau jenis permainan lainnya, maka dari itu untuk meningkatkan

kemampuan teknik dasar *passing* permainan bolavoli pada siswa kelas XI di sekolah menengah atas diberikan dalam bentuk permainan bola pantul. Perbedaan subjek yang diberikan perlakuan dalam bentuk permainan bola pantul maka perlu adanya evaluasi dengan cara melakukan pengukuran dengan menggunakan tes *Brumbach forearms pass wall volley test*.

D. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan kajian teori, kerangka berfikir dan penelitian yang relevan seperti di atas maka dapat dirumuskan hipotesis, yaitu: ada pengaruh permainan bola pantul terhadap keterampilan *passing* bawah bolavoli kelas XI SMA Negeri 2 Ngaglik Sleman Tahun Ajaran 2014/2015

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini ialah *one group pretest posttest design*. Dalam desain ini, sebelum perlakuan diberikan terlebih dahulu sampel diberi *pretest* (tes awal) dan di akhir pembelajaran sampel diberi *posttest* (tes akhir). Desain ini digunakan sesuai dengan tujuan yang hendak dicapai yaitu ingin mengetahui peningkatan keterampilan *passing* bawah siswa setelah diterapkan *treatment*. Berikut merupakan tabel desain penelitian *one group pretest posttest design*.

Tabel 1. Desain penelitian *One Group Pretest-Posttest Design*

<i>Pretest</i>	<i>Treatment</i>	<i>Posttest</i>
O1	X	O2

Keterangan:

O1 : tes awal (*pretest*) sebelum perlakuan diberikan

O2 : tes akhir (*posttest*) setelah perlakuan diberikan

X : perlakuan terhadap kelompok eksperimen yaitu dengan menerapkan permainan bola pantul.

Treatment yang dilakukan dalam penelitian ini adalah bentuk latihan permainan bola pantul. Sebelum *treatment* diberikan kepada siswa, program *treatment* dikonsultasikan terlebih dahulu kepada ahli bolavoli untuk memberikan masukan dan saran tentang *treatment* yang akan diberikan. Jumlah *judge* yang terlibat adalah 1 orang ahli bolavoli. Surat keterangan *expert judgment* disajikan pada lampiran 5 halaman 54.

Treatment dilaksanakan tiga kali per minggu yaitu Senin, Rabu, dan Sabtu dengan waktu tatap muka 90 menit. Dalam waktu 90 menit terbagi dalam beberapa tahap latihan selama 16 kali pertemuan ditambah 2 kali pertemuan digunakan untuk pelaksanaan *pretest* dan *posttest*. Pendahuluan dilakukan dengan pemanasan yang membutuhkan waktu 15 menit, kemudian melakukan latihan inti selama 60 menit dengan melakukan *treatment* permainan bola pantul, kemudian untuk penutup dilakukan pendinginan dan evaluasi dengan waktu 15 menit pada setiap pertemuan.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini bertempat di lapangan bolavoli SMA Negeri 2 Ngaglik. Waktu dilaksanakan penelitian ini pada tanggal 28 Februari 2015 sampai dengan 4 April 2015. Penelitian dilaksanakan 18 kali pertemuan, satu pertemuan awal dilakukan tes kemampuan awal atau *pre-test*, dan satu pertemuan akhir *post-test*, kegiatan penelitian dilaksanakan dalam 3 kali pertemuan dalam satu minggu. Adapun rincian atau jadwal penelitian yang penulis lakukan adalah sebagai berikut :

Tabel 2. Jadwal Pembelajaran Eksperimen (Jadwal Penelitian)

NO	Waktu	Hari	Kelompok Eksperimen
1	15.00 – 16.30	Senin	1 kelompok eksperimen
2	15.00 – 16.30	Rabu	1 kelompok eksperimen
3	15.00 - 16.30	Sabtu	1 kelompok eksperimen

C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Dalam penelitian ini variabel terikatnya adalah keterampilan *passing*

bawah siswa kelas XI SMA Negeri 2 Ngaglik. Secara operasional hasil *passing* bawah adalah skor maksimal yang diperoleh siswa dalam melakukan *passing* bawah, yaitu ketepatan arah bola dan jumlah pantulan bola ke tembok sasaran yang diperoleh siswa dalam melakukan *passing* bawah, yang diukur. Tes dilakukan dua kali yaitu tes awal dan tes akhir.

Sedangkan variabel bebas dalam penelitian ini adalah permainan bola pantul. Permainan bola pantul merupakan bentuk latihan yang mudah dilakukan karena siswa akan memiliki banyak waktu untuk melakukan gerakan mengambil bola yang memantul ke lantai. Bola yang memantul akan memberikan banyak waktu kepada siswa untuk mempersiapkan gerakan atau teknik selanjutnya. Kemudian, dengan bermain bola pantul ini siswa akan dapat merasa lebih senang dan mudah dalam menguasai teknik dalam permainan bolavoli. Permainan bola pantul dilakukan siswa pada setiap pertemuannya. Dalam waktu satu minggu siswa melakukan latihan permainan bola pantul 3 kali. Dilakukan selama 6 minggu atau 16 kali.

D. Populasi dan Sampel Penelitian

Adapun yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI Sekolah Menengah Atas Negeri 2 Ngaglik. Pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan cara *cluster random sampling*. Siswa kelas 11 di SMA Negeri 2 Ngaglik berjumlah 180 yang dibagi ke dalam 6 kelas. Penulis akan mengambil sebanyak 30 siswa sebagai sampel yang mewakili setiap kelas yang ada. Pemilihan sampel di setiap kelasnya dilakukan secara random.

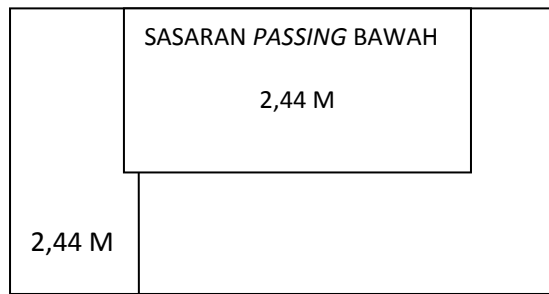
E. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes kemampuan *passing* bawah bolavoli. Instrumen tes yang digunakan untuk pengukuran awal (*pretest*) maupun pengukuran akhir (*posttest*) menggunakan test *passing* bawah permainan bolavoli dari *Brumbach forearm pass volleyball test* (Borrevis, 1969). Adapun petunjuk instrumen dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Tes

Penelitian ini adalah mengukur kemampuan *passing* bawah dalam permainan bolavoli, maka instrumen tes pengukuran yang digunakan untuk mengukur awal (*pretest*) maupun pengukuran akhir (*posttest*) untuk *passing* bawah menggunakan instrumen tes pengukuran dari *Brumbach forearm pass wall volley test* (Borrevis, 1969). Tes *passing* bawah dari *Brumbach forearm pass wall volley test* yang telah dilaporkan dengan koefisien korelasi reliabilitas 0,896 dan korelasi validitas 0,80. Yang telah diuji cobakan untuk jenis kelamin putra dan putri, dengan kriteria umur 9–11, 12–14, 15–17, 18–22. Tujuan dari tes ini adalah untuk mengukur kemampuan dan ketepatan *passing* bawah dengan memvoli bola kedinding. Ukuran untuk tes *Brumbach forearm pass wall volley test* adalah sasaran dinding tembok yang rata dan halus dengan lebar sasaran 2,44 m dan tinggi dari lantai 2,44 m.



Gambar 4. Gambar Tes *Passing Bawah*

Sumber : (Suharno HP, 1980: 67-68)

b. Alat

Dalam pengambilan data saat *pretest* dan *posttest* menggunakan beberapa alat dan perlengkapan yaitu :

1) Dinding atau Tembok

Dinding atau tembok yang digunakan adalah dinding yang halus dan bertekstur rata.

2) Bola voli

3) Peluit

4) Stopwatch

5) Lakban

6) Blangko Penilaian dan alat tulis

Blangko penilaian berfungsi untuk mencatat hasil dari tes *passing* yang diperoleh.

c. Testeer

Jumlah testor sebanyak 3 orang yaitu:

1) Pengawas, 1 orang yang bertugas mengamati dan mengawasi jatuhnya

bola pada petak sasaran. Jika bola mengenai luar sasaran maka tidak dihitung sebagai *passing bawah* sah.

2) Pencatat hasil, 1 orang bertugas mencatat hasil yang dicapai oleh siswa.

3) Timer

Bertugas untuk menentukan permulaan dan akhir dari pelaksanaan tes *passing* bawah.

d. Pelaksanaan tes

1) Setelah ada aba-aba dari petugas, testi memvoli bola sebanyak–banyaknya ke sasaran yang telah disediakan.

2) Testi berturut-turut memvoli bola selama satu menit. Jika bola sulit dikuasai boleh ditangkap dan diteruskan kembali sampai aba-aba berhenti dari petugas.

Setiap testi melakukan 3 kali pelaksanaan diambil rata-rata dari 2 percobaan terbaik. Memvoli yang syah adalah yang masuk ke sasaran, bola yang mengenai garis dianggap masuk. Pantulan/lambungan pertama serta pantulan bola setelah mati atau ditangkap tidak dihitung.

2. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini metode yang digunakan adalah eksperimen dan tes kemampuan *passing* bawah bolavoli. Agar pengumpulan data dapat sesuai dengan yang direncanakan, maka perlu disusun langkah–langkah yang sistematis dan jelas. Hal ini perlu dilakukan untuk menghindari terjadinya kesalahan pada saat pelaksanaan tes.

F. Teknik Analisis Data

Sebelum pengujian hipotesis, maka perlu dilakukan uji prasyarat. Pengujian data hasil pengukuran yang berhubungan dengan hasil penelitian bertujuan untuk membantu analisis agar menjadi lebih baik. Untuk itu dalam penelitian ini akan diuji normalitas dan uji homogenitas data. Keputusan untuk menerima atau menolak hipotesis pada taraf signifikansi 5% untuk menganalisis data digunakan bantuan komputer program SPSS Versi 22.0.

1. Uji Prasyarat Analisis

Uji prasyarat dalam penelitian ini adalah menggunakan uji normalitas yang bertujuan untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal atau tidak. Adapun uji normalitas sebagai berikut :

a. Uji Normalitas

Perhitungan uji normalitas dimaksudkan untuk mengetahui apakah variabel-variabel dalam penelitian mempunyai sebaran distribusi normal atau tidak. Perhitungan normalitas ini menggunakan *lilifors* dengan teknik *Kolmogorof-Smirnof*, dengan pengolahan menggunakan bantuan komputer program SPSS Versi 22.0. Untuk menyatakan apakah data berasal dari populasi yang berdistribusi normal atau tidak dapat dilakukan dengan membandingkan koefisien *Asymp.Sig.* atau *P-Value* dengan taraf signifikansi 0,05. Apabila $P\text{-Value} > 0,05$ yang berarti tidak signifikan, maka memiliki makna bahwa data berasal dari populasi yang berdistribusi normal.

b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas berguna untuk mengkaji kesamaan sampel yaitu seragam atau tidak varian sampel yang diambil dari populasi. Kaidah homogenitas jika $p > 0,05$, maka sampel dinyatakan homogen, jika $p < 0,05$ maka sampel dinyatakan tidak homogen. Untuk uji homogenitas menggunakan *Test of Homogeneity of Variances* dengan bantuan SPSS Versi 22.0.

2. Uji Hipotesis Penelitian

Setelah data terkumpul, maka langkah selanjutnya adalah menganalisa data tersebut. Teknik analisis data untuk menganalisis data eksperimen dengan model *mached by subject* adalah dengan menggunakan uji-t (*t-test*). Uji t (*t-test*) akan dihitung dengan menggunakan program SPSS Versi 22.0.

Untuk melihat hipotesis penelitian diterima atau ditolak yaitu dengan cara melihat hasil dari t_{hitung} dengan dibandingkan t pada taraf 5 %. Apabila harga $t_{hitung} > t$ pada taraf 5% maka dalam penelitian tersebut ada perbedaan yang signifikan atau bermakna. Sehingga hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis kerja diterima (H_a).

Penelitian ini juga membutuhkan data peningkatan berupa prosentase untuk melihat sejauh mana peningkatan keterampilan *passing* bawah siswa kelas XI SMA Negeri 2 Ngaglik setelah dilakukan *treatment* permainan bola pantul. Rumus yang digunakan adalah sebagai berikut:

$$\text{Persentase peningkatan} = \frac{\text{Mean Different}}{\text{Mean Pretest}} \times 100\%$$

$$\text{Mean Different} = \text{Mean Posttest} - \text{Mean Pretest}$$

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. *Pretest dan Posttest Kemampuan Passing Bawah*

Hasil penelitian dideskripsikan menggunakan analisis statistik deskriptif sebagai berikut, untuk hasil *pretest* nilai minimal = 6,00, nilai maksimal = 26,00, rata-rata (*mean*) = 15,6667, dengan simpang baku (*std. Deviation*) = 4,63371, sedangkan untuk *posttest* nilai minimal = 14,00, nilai maksimal = 34,00, rata-rata (*mean*) = 22,9333, dengan simpang baku (*std. Deviation*) = 5,21889.

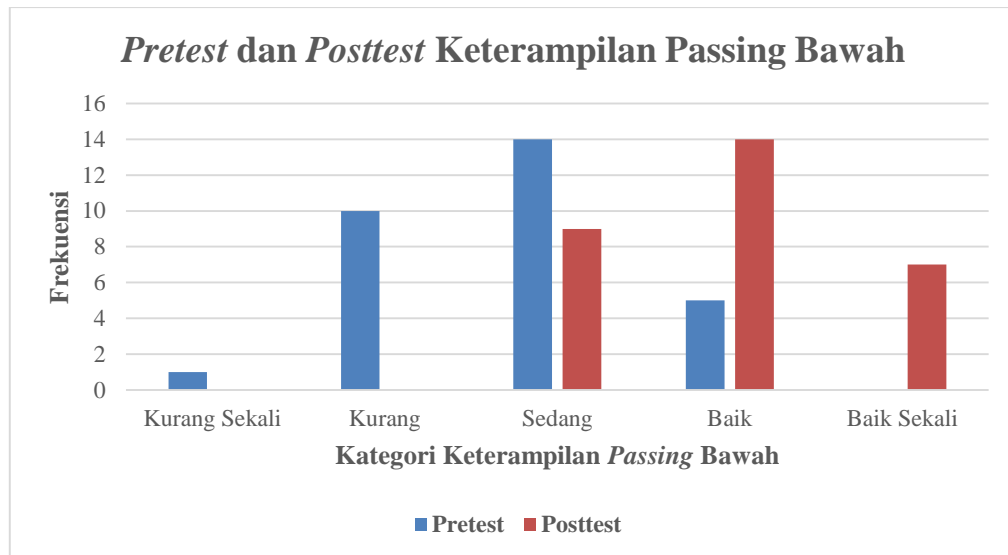
Deskripsi hasil penelitian *pretest* dan *posttest* kemampuan *passing* bawah siswa kelas XI SMA Negeri 2 Ngaglik juga disajikan dalam distribusi frekuensi. Deskripsi hasil tersebut dapat dilihat pada tabel di bawah ini

Tabel 3. Deskripsi Hasil *Pretest dan Posttest*

Pretest				Kategori
No	Interval	F	%	
1	28-34	0	0	Baik Sekali
2	21-27	5	16,67	Baik
3	14-20	14	46,67	Sedang
4	7-13	10	33,33	Kurang
5	0-6	1	3,33	Kurang Sekali

Posttest				Kategori
No	Interval	F	%	
1	28-34	7	23,33	Baik Sekali
2	21-27	14	46,67	Baik
3	14-20	9	30	Sedang
4	7-13	0	0	Kurang
5	0-6	0	0	Kurang Sekali

Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik, hasil *pretest* dan *posttest* keterampilan *passing* bawah siswa kelas XI SMA Negeri 2 Ngaglik dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 5. Grafik *Pretest* dan *Posttest*

2. Uji Prasyarat

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dimaksudkan untuk mengetahui apakah variabel-variabel dalam penelitian mempunyai sebaran distribusi normal atau tidak. Penghitungan uji normalitas ini menggunakan rumus *Kolmogorov-Smirnov Z*, dengan pengolahan menggunakan bantuan komputer program *SPSS 22*. Hasilnya sebagai berikut.

Tabel 4. Uji Normalitas

Kelompok	p	Sig.	Keterangan
<i>Pretest</i>	0,069	0,05	Normal
<i>Posttest</i>	0,200	0,05	Normal

Dari hasil tabel di atas dapat dilihat bahwa semua data memiliki nilai $p \text{ (Sig.)} > 0.05$, maka variabel berdistribusi normal. Karena semua

data berdistribusi normal maka analisis dapat dilanjutkan. Hasil selengkapnya disajikan pada lampiran 11 halaman 66.

b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas berguna untuk menguji kesamaan sampel yaitu seragam atau tidak varian sampel yang diambil dari populasi. Kaidah homogenitas jika $p > 0.05$, maka tes dinyatakan homogen, jika $p < 0.05$, maka tes dikatakan tidak homogen. Hasil uji homogenitas penelitian ini dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 5. Uji Homogenitas

Kelompok	df1	df2	Sig.	Keterangan
<i>Pretest</i>	7	14	0,342	Homogen

Dari tabel di atas dapat dilihat nilai *pretest* sig. $p \ 0.342 > 0.05$ sehingga data bersifat homogen. Oleh karena semua data bersifat homogen maka analisis data dapat dilanjutkan dengan statistik parametrik. Hasil selengkapnya disajikan pada lampiran 12 halaman 72.

3. Perbandingan *Pretest* dan *Posttest* Kemampuan *Passing* Bawah

Uji-t digunakan untuk menguji hipotesis yang berbunyi “ada pengaruh permainan bola pantul terhadap peningkatan keterampilan *passing* bawah siswa kelas XI SMA Negeri 2 Ngaglik”, berdasarkan hasil *pretest* dan *posttest*. Apabila hasil analisis menunjukkan perbedaan yang signifikan maka latihan bermain bola pantul memberikan pengaruh terhadap peningkatan *passing* bawah siswa. Kesimpulan penelitian dinyatakan signifikan jika nilai $t_{hitung} > 2.05$ dan nilai *sig* lebih kecil dari 0.05 ($Sig < 0.05$). Berdasarkan hasil analisis diperoleh data sebagai berikut.

Tabel 6. Uji-t Hasil *Pre-Test* dan *Post-Test Passing Bawah*

Kelompok	Rata-rata	t-test for Equality of means				
		t ht	t tb	Sig.	Selisih	%
<i>Pretest</i>	15,6667	17,279	2,05	,000	7,26667	46,38
<i>Posttest</i>	22,9333					

Dari hasil uji-t dapat dilihat bahwa t hitung 17,279 dengan nilai signifikansi p sebesar 0.000. Maka hasil ini menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan, maka dapat disimpulkan latihan permainan bola pantul memberikan pengaruh yang signifikan terhadap keterampilan *passing* bawah siswa kelas XI SMA Negeri 2 Ngaglik. Dari data *pretest* memiliki rerata 15,6667, selanjutnya pada saat *posttest* rerata mencapai 22,9333. Besarnya peningkatan kemampuan *passing* bawah tersebut dapat dilihat dari perbedaan nilai rata-rata yaitu sebesar 7,26667, dengan kenaikan persentase sebesar 46,38%.

B. Pembahasan

Berdasarkan analisis data hasil penelitian diperoleh peningkatan yang signifikan terhadap kelompok yang diteliti. Pemberian perlakuan selama 16 kali pertemuan dengan frekuensi 3 kali seminggu memberikan pengaruh terhadap peningkatan keterampilan *passing* bawah siswa kelas XI SMA Negeri 2 Ngaglik.

Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat peningkatan keterampilan *passing* bawah siswa kelas XI SMA Negeri 2 Ngaglik sebelum dan sesudah latihan bermain bola pantul. Hal ini ditunjukkan dengan nilai t hitung 17,279 > 2.05 , dan nilai signifikansi $0.000 < 0.05$, maka hasil ini menunjukkan latihan

permainan bola pantul memberikan pengaruh yang signifikan terhadap keterampilan *passing* bawah siswa kelas XI SMA Negeri 2 Ngaglik. Dari data *pretest* memiliki rerata 15,6667, selanjutnya pada saat *posttest* rerata mencapai 22,9333. Besarnya peningkatan kemampuan *passing* tersebut dapat dilihat dari perbedaan nilai rata-rata yaitu sebesar 7,26667, dengan kenaikan persentase sebesar 46,38%.

Permainan bola pantul merupakan bentuk latihan yang mudah dilakukan karena siswa akan memiliki banyak waktu untuk melakukan gerakan mengambil bola yang memantul ke lantai. Bola yang memantul akan memberikan banyak waktu kepada siswa untuk melakukan gerakan atau teknik selanjutnya. Kemudian, dengan bermain bola pantul ini siswa akan dapat merasa lebih senang dan mudah berhasil dalam menguasai teknik dalam bermain bolavoli. Dimana keberhasilan itu dapat mendorong siswa untuk mencapai keberhasilan berikutnya.

Penguasaan teknik dasar *passing* bawah dalam permainan bolavoli adalah penting karena keberhasilan suatu regu dalam pertandingan bolavoli banyak ditentukan oleh *passing*. Teknik *passing* bawah selalu dipergunakan dalam permainan untuk *receive* servis, bertahan dari serangan lawan ataupun untuk menyusun serangan. Teknik *passing* bawah ini harus dipelajari sejak dini dan merupakan dasar bagi atlet pemula untuk mengembangkan teknik *passing* bawah yang lainnya. Dalam bermain bolavoli atlet dituntut untuk selalu aktif bergerak di dalam lapangan. Oleh karena pada saat bermain bolavoli arah bola yang akan di*passing* datangnya belum tentu sesuai dengan apa

yang diharapkan, sehingga menuntut untuk bergerak mendekat bola agar dapat *dipassing* dengan baik. Selain dapat *dipassing* dengan baik, arah bola juga harus tepat mengarah kepada pengumpan agar pengumpan lebih mudah untuk menyusun serangan atau melakukan umpan yang bervariasi, sehingga serangan tidak mudah dibaca oleh lawan.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis data, pengujian hipotesis dan pembahasan yang telah dilakukan maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

Ada pengaruh yang signifikan antara permainan bola pantul terhadap keterampilan *passing* bawah siswa kelas XI SMA Negeri 2 Ngaglik, dengan demikian Hipotesis alternatif (H_a) dapat diterima. Rata-rata *Pretest* sebesar 15,6667 dan rata-rata *Posttest* sebesar 22,9333 maka dapat diketahui perbedaan rata-rata sebesar 7,2667 lebih banyak setelah diberikan latihan dan persentase peningkatan keterampilan *passing* bawah siswa kelas XI SMA Negeri 2 Ngaglik meningkat sebesar 46,38% setelah diberikan latihan permainan bola pantul.

B. Implikasi Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini mempunyai implikasi praktis bagi pihak-pihak yang terkait dengan bidang olahraga, khususnya bolavoli, yaitu bagi guru atau pelatih dan pemain yang akan meningkatkan keterampilan *passing* bawah namun tetap tidak melupakan latihan teknik dasar *passing* bawah yang sebenarnya. Implikasi dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Dapat memberikan sumbangan terhadap peningkatan keterampilan *passing* bawah.
2. Dapat menunjukkan bukti-bukti secara ilmiah mengenai pengaruh permainan bola pantul terhadap peningkatan keterampilan *passing* bawah, sehingga dapat dijadikan acuan dalam merencanakan dan melaksanakan program

latihan yang menarik dan bervariasi. Selain itu juga dapat memberikan sumbangan yang bermanfaat kepada guru olahraga ataupun pelatih olahraga cabang bolavoli.

3. Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai informasi dan bahan perbandingan bagi penelitian di masa yang akan datang. Agar ke depannya permainan bolavoli semakin menggembirakan, berkembang dan mendapatkan prestasi yang baik.
4. Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan untuk pengembangan latihan olahraga yang unik, menarik dan banyak diminati siswa. Sehingga dapat meningkatkan prestasi bermain bolavoli Indonesia dan pelaksanaan di lingkup sekolah.

C. Keterbatasan Penelitian

Dalam melakukan penelitian terdapat beberapa unsur keterbatasan diantaranya sebagai berikut:

1. Sampel tidak diasramakan, sehingga kemungkinan ada yang berlatih sendiri di luar *treatment*.
2. Lapangan *outdoor*, sehingga faktor cuaca sangat mempengaruhi hasil penelitian.

D. Saran

Dengan mengacu pada hasil penelitian dan keterbatasan-keterbatasan penelitian, peneliti menyarankan:

1. Bagi guru olahraga, pelatih bolavoli pada umumnya supaya lebih kreatif untuk menciptakan model-model latihan yang unik dan menarik.

2. Latihan bagi siswa harus menyenangkan dan bervariasi, agar tidak membuat siswa cepat bosan dan jenuh sehingga penyerapan materi terhadap teknik yang diberikan akan menjadi lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Aip Sarifudin. (1996). *Evaluasi Olahraga*. Jakarta: Rora karya
- Ali Maksum. (2012). *Metodologi Penelitian dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Amung Ma'mun dan Yudha M. Saputra. (2000). *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Jakarta: Depdibud.
- Ardiansyah Al Asyari. (2012). Upaya Meningkatkan Prestasi Belajar Passing Bawah dalam Bolavoli melalui Pendekatan Bermain Bola Pantul Pada Siswa Kelas VIII D di SMP Negeri 3 Kecamatan Paguyungan Kabupaten Brebes. *Skripsi*. Universitas Negeri Yogyakarta
- Arikunto, Suharsimi. (2007). *Manajemen Penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Betut Sendra Wijaya. (2013). Pengaruh Metode Bermain Terhadap Peningkatan Passing Bawah Bolavoli Peserta Ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Bantul. *Skripsi*. Universitas Negeri Yogyakarta
- Durwachter G. (1990). *Bola Volley: Belajar dan Berlatih Sambil Bermain*. Jakarta: Gramedia.
- Fuad Ihsan. (2008). *Dasar-dasar Kependidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Hari Amirullah. (2003). *Alat Evaluasi Keterampilan Bermain Bola Basket: Jurnal*. Jakarta: Gramedia.
- Herry Koesyanto. (2003). *Belajar Bermain Bola Voli FIK Unnes Semarang*. Jakarta: Gramedia.
- Mahcfud Irsyada. (2000). *Bola Voli Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah Bagian Proyek Penataran Guru SLTP Setara D-III Nasional Pendidikan Jasmani dan Ilmu Keolahragaan*. Jakarta: Depdiknas.
- M. Yunus. (1991). *Olahraga Pilihan Bola Voli*. Yogyakarta: Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan Depdikbud.
- (1992). *Olahraga Pilihan Bola Voli*. Jakarta: Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.
- Nasution, S. 2003. *Berbagai Pendekatan dalam Proses Belajar dan Mengajar*. Jakarta: Bumi Aksara.

- Nuril Ahmadi. (2007). *Panduan Olahraga Bolavoli*. Surakarta: Era Pustaka
- PP. PBVSI, Dewan & Bidang. (2005). *Peraturan Permainan Bola Voli*. Jakarta : Pengurus Pusat Persatuan Bola Voli Seluruh Indonesia.
- Setyo Nugroho. (1997). *Metodologi Penelitian dalam Aktivitas Jasmani*. Yogyakarta: Fakultas Pendidikan Kepelatihan Olahraga dan Kesehatan. IKIP Yogyakarta.
- Sri Widiastuti dan Nur Rohmah M. (2010). Peningkatan Motivasi dan Keterampilan Menggiring Bola Dalam Pembelajaran Sepakbola Melalui Kucing Tikus Pada Siswa kelas 4 SD Glagahombo 2 Tempel: *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Sudrajat Prawirasaputra. (2000). *Sepak Takraw*. Jakarta: Balai pustaka.
- Sugiyono.(2006). *Statsitik untuk penelitian*. Bandung: PT Alfa BeSugiyono.
- (2007). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: CV. Alfabeta
- (2008). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif & RND*. Bandung : Alfabeta
- (2010). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif & RND*. Bandung : Alfabeta
- Suharno HP. (1982).*Dasar-dasar Permainan Bola Voli*.Yogyakarata: FPOK IKIP Yogyakarta
- UNY. (2011). *Pedoman Penulisan Tugas Akhir*.Yogyakarta: UNY Press Utama.
- Yusuf Hadisasmita dan Aip Syarifudin. (1996). *Ilmu Kepelatihan Dasar*. Jakarta: Depdikbud Dirjendikti. Proyek Pendidikan Tenaga Akademik.

LAMPIRAN

Lampiran.1 Surat Ijin dari Fakultas



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta, Telp.(0274) 513092 psw 255

Nomor : 122/UN.34.16/PP/2015
Lamp. : 1 Eks.
Hal : Permohonan Ijin Penelitian

25 Februari 2015

Yth : Bupati Sleman
Cq. Kepala Kantor Kesatuan Bangsa
Kab. Sleman

Dengan hormat, disampaikan bahwa untuk keperluan penelitian dalam rangka penulisan tugas akhir skripsi, kami mohon berkenan Bapak/Ibu/Saudara untuk memberikan ijin penelitian bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta :

Nama : Arsyan Hafiz Saputro
NIM : 11601241085
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (PJKR)

Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : Februari s.d April 2015
Tempat/obyek : SMA Negeri 2 Ngaglik
Judul Skripsi : Pengaruh Permainan Bola Pantul Terhadap Keterampilan Passing Bawah Bolavoli Kelas XI Di SMA Negeri 2 Ngaglik Tahun Ajaran 2014/2015

Demikian surat ijin penelitian ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



Dekan,
Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S.
NIP. 19600824 198601 1 001

Tembusan :
1. Kepala Sekolah SMA N 2 Ngaglik
2. Kaprodi PJKR
3. Pembimbing TAS
4. Mahasiswa ybs.

Lampiran 2. Rekomendasi Penelitian Kantor Kesatuan Bangsa



PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN KANTOR KESATUAN BANGSA

Beran, Tridadi, Sleman, Yogyakarta, 55511
Telepon (0274) 864650, Faksimile (0274) 864650
Website: www.slemankab.go.id, E-mail: kesbang.sleman@yahoo.com

875

Sleman, 26 Februari 2015

Nomor : 070 /Kesbang/ 854 /2015
Hal : Rekomendasi
Penelitian

Kepada
Yth. Kepala Bappeda
Kabupaten Sleman
di Sleman

REKOMENDASI

Memperhatikan surat :
Dari : Dekan FIK UNY
Nomor : 122/UN.34.16/PP/2015
Tanggal : 25 Februari 2015
Perihal : Permohonan Ijin Penelitian

Setelah mempelajari surat permohonan dan proposal yang diajukan, maka dapat diberikan rekomendasi dan tidak keberatan untuk melaksanakan penelitian dengan judul "PENGARUH PERMAINAN BOLA PANTUL TERHADAP KETERAMPILAN PASSING BAWAH BOLA VOLI KELAS XI SMA NEGERI 2 NGAGLIK TAHUN AJARAN 2014/2015" kepada:

Nama : Arsyah Hafiz Saputro
Alamat Rumah : Kaliurang Timur Hargobinangun Pakem Sleman
No. Telepon : 088216148182
Universitas / Fakultas : UNY / FIK
NIM : 11601241085
Program Studi : S1
Alamat Universitas : Jl. Colombo Yogyakarta
Lokasi Penelitian : SMAN 2 Ngaglik
Waktu : 26 Februari - 26 Mei 2015

Yang bersangkutan berkewajiban menghormati dan menaati peraturan serta tata tertib yang berlaku di wilayah penelitian. Demikian untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kepala Kantor Kesatuan Bangsa


Drs. A. R. DANI
Pangkat I, IV/b
NIP. 19630511 199103 1 004

Lampiran 3. Surat Ijin dari Kabupaten Sleman



PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN
BADAN PERENCANAAN PEMBANGUNAN DAERAH

Jalan Parasamya Nomor 1 Beran, Tridadi, Sleman, Yogyakarta 55511
Telepon (0274) 868800, Faksimilie (0274) 868800
Website: www.bappeda.slemankab.go.id, E-mail : bappeda@slemankab.go.id

SURAT IZIN

Nomor : 070 / Bappeda / 875 / 2015

**TENTANG
PENELITIAN**

KEPALA BADAN PERENCANAAN PEMBANGUNAN DAERAH

Dasar : Peraturan Bupati Sleman Nomor : 45 Tahun 2013 Tentang Izin Penelitian, Izin Kuliah Kerja Nyata,
Dan Izin Praktik Kerja Lapangan.
Menunjuk : Surat dari Kepala Kantor Kesatuan Bangsa Kab. Sleman
Nomor : 070/Kesbang/854/2015
Hal : Rekomendasi Penelitian
Tanggal : 26 Februari 2015

MENGIZINKAN :

Kepada :
Nama : ARSYAN HAFIZ SAPUTRO
No.Mhs/NIM/NIP/NIK : 11601241085
Program/Tingkat : S1
Instansi/Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta
Alamat instansi/Perguruan Tinggi : Jl. Colombo Yogyakarta
Alamat Rumah : Kaliurang Timur Hargobinangun, Pakem, Sleman
No. Telp / HP : 088216148182
Untuk : Mengadakan Penelitian / Pra Survey / Uji Validitas / PKL dengan judul
**PENGARUH PERMAINAN BOLA PANTUL TERHADAP KETERAMPILAN
PASSING BAWAH BOLA VOLI KELAS XI SMA NEGERI 2 NGAGLIK
TAHUN AJARAN 2014/2015**
Lokasi : SMA Negeri 2 Ngaglik, Ngaglik, Sleman
Waktu : Selama 3 Bulan mulai tanggal 26 Februari 2015 s/d 26 Mei 2015

Dengan ketentuan sebagai berikut :

1. *Wajib melaporkan diri kepada Pejabat Pemerintah setempat (Camat/ Kepala Desa) atau Kepala Instansi untuk mendapat petunjuk seperlunya.*
2. *Wajib menjaga tata tertib dan mentaati ketentuan-ketentuan setempat yang berlaku.*
3. *Izin tidak disalahgunakan untuk kepentingan-kepentingan di luar yang direkomendasikan.*
4. *Wajib menyampaikan laporan hasil penelitian berupa 1 (satu) CD format PDF kepada Bupati diserahkan melalui Kepala Badan Perencanaan Pembangunan Daerah.*
5. *Izin ini dapat dibatalkan sewaktu-waktu apabila tidak dipenuhi ketentuan-ketentuan di atas.*

Demikian izin ini dikeluarkan untuk digunakan sebagaimana mestinya, diharapkan pejabat pemerintah/non pemerintah setempat memberikan bantuan seperlunya.

Setelah selesai pelaksanaan penelitian Saudara wajib menyampaikan laporan kepada kami 1 (satu) bulan setelah berakhirnya penelitian.

Dikeluarkan di Sleman

Pada Tanggal : 26 Februari 2015

a.n. Kepala Badan Perencanaan Pembangunan Daerah

Sekretaris

Kepala Bidang Statistik, Penelitian, dan Perencanaan



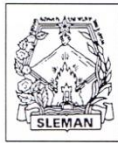
ERNY MARYATUN, S.IP, MT

Pembina, N/a
NIP 19720411 199603 2 003

Tembusan :

1. Bupati Sleman (sebagai laporan)
2. Kepala Dinas Dikpora Kab. Sleman
3. Kabid. Sosial & Pemerintahan Bappeda Kab. Sleman
4. Camat Ngaglik
5. Ka. SMA Negeri 2 Ngaglik, Ngaglik, Sleman
6. Dekan FIK - UNY
7. Yang Bersangkutan

Lampiran 4. Surat Keterangan dari SMA Negeri 2 Ngaglik



**PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN
DINAS PENDIDIKAN, PEMUDA, DAN OLAH RAGA
SMA NEGERI 2 NGAGLIK**

Alamat : Sukoharjo Ngaglik Sleman Yogyakarta,
Telepon : (0274) 896375, Fax : (0274) 896376, Kode Pos : 55581

SURAT KETERANGAN TELAH MELAKSANAKAN PENELITIAN

Nomor : 422/291/2015

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Darwito, S.Pd.
NIP : 19600303 198412 1 003
Jabatan : Kepala Sekolah
Nama Sekolah : SMA Negeri 2 Ngaglik
Alamat Sekolah : Jl. Besi-Jangkang Km. 2 Karanglo Sukoharjo Ngaglik Sleman

Dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : ARSYAN HAFIZ SAPUTRO
No. Mahasiswa : 11601241085
Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta
Fakultas : Ilmu Keolahragaan
Jurusan : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Yang bersangkutan telah melakukan penelitian di SMA Negeri 2 Ngaglik, Sleman, Yogyakarta untuk menyusun Skripsi dengan judul "**PENGARUH PERMAINAN BOLA PANTUL TERHADAP KETERAMPILAN PASSING BAWAH BOLA VOLI KELAS XI SMA NEGERI 2 NGAGLIK TAHUN AJARAN 2014/2015**", pada tanggal 28 Februari s.d. 4 April 2015.

Demikian, surat keterangan ini dibuat dengan sebenarnya, serta untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Ngaglik, 23 Juni 2015

Kepala SMA Negeri 2 Ngaglik



Darwito, S.Pd.
Pembina, IV/a
NIP 19600303 198412 1 003

Lampiran 5. *Expert Judgment*

SURAT KETERANGAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Sri Mawarti, M.Pd
Unit Kerja : FIK UNY
Bidang Ahli : Bolavoli

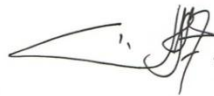
Menerangkan bahwa *treatment* penelitian Tugas Akhir Skripsi saudara :

Nama : Arsyan Hafiz Saputro
NIM : 11601241085
Judul Skripsi : Pengaruh Permainan Bola Pantul Terhadap
Keterampilan *Passing* Bawah Bolavoli Kelas XI SMA Negeri 2
Ngaglik Tahun Ajaran 2014/2015

Telah memenuhi persyaratan sebagai *treatment* yang dapat digunakan untuk penelitian.

Yogyakarta, 24/Februari 2015




Yang menerangkan



Sri Mawarti, M.Pd

NIP. 19590607 198703 2 001

Lampiran. 6 Kalibrasi Stopwatch

 PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA DINAS PERINDUSTRIAN, PERDAGANGAN, KOPERASI DAN USAHA KECIL MENENGAH BALAI METROLOGI Jl. Sisingamangaraja No. 21 Yogyakarta Telp. (0274) 375062, 377303 Fax. (0274) 375062	
SERTIFIKAT KALIBRASI CALIBRATION CERTIFICATE Nomor : 1492 / SW - 15 / II / 2015 Number	
<div style="float: right; border: 1px solid black; padding: 2px;"> No. Order : 006962 Diterima tgl : 25 Februari 2015 </div>	
ALAT Equipment	Nama : Stopwatch Tipe/Model : Kapasitas : 9 jam Nomor Seri : Daya Baca : 0,01 detik Serial number : Akurasi : 0,01 detik Merek/Buatan : ROX Trade Mark/Manufaktur :
PEMILIK Owner	Nama : Riko Dwianto Alamat : Salakan RT 03 No. 71 Sewon Bantul
METODE, STANDAR, TELUSURAN Method, Standard, Traceability	Metode : ISO 4168 (1976) Time Measurement Instrument Standar : Casio HS-80TW.IDF Telusuran : Ke satuan SI melalui LK-045 IDN
TANGGAL DIKALIBRASI Date of Calibrated	: 26 Februari 2015
LOKASI KALIBRASI Location of calibration	: Balai Metrologi Yogyakarta
KONDISI LINGKUNGAN KALIBRASI Environment condition of calibration	: Suhu : 30°C ± 2°C ; Kelembaban : 55% ± 10%
HASIL Result	: Lihat sebaliknya
Yogyakarta, 26 Februari 2015  Riko Dwianto, SE NIP. 195801311979031006	
	
Halaman 1 dari 2 Halaman	FBM.22-02.T
DILARANG MENGGANDAKAN SEBAGIAN ATAU SELURUHNYA ISI DARI SERTIFIKAT INI TANPA SEIZIN KEPALA BALAI METROLOGI YOGYAKARTA	

LAMPIRAN SERTIFIKAT KALIBRASI
ATTACHMENT OF CALIBRATION CERTIFICATE

I. DATA KALIBRASI

Calibration data

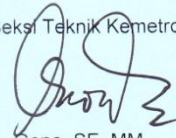
1. Referensi : Riko Dwiantoro
2. Dikalibrasi oleh : Sukardjono NIP. 19591010.198203.1.023
Calibrated by

II. HASIL KALIBRASI

Result of Calibration


Nominal (menit)	Nilai Sebenarnya (menit)
00,01'00"00	00,01'00"01
00,05'00"00	00,05'00"00
00,10'00"00	00,10'00"01
00,15'00"00	00,15'00"01
00,30'00"00	00,30'00"01
00,59'00"00	00,59'00"01

Kepala Seksi Teknik Kemetrolgian



Gono, SE. MM
NIP.19610807.198202.1.007

Lampiran 7. Kalibrasi Ban Ukur

 <p>PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA DINAS PERINDUSTRIAN, PERDAGANGAN, KOPERASI DAN USAHA KECIL MENENGAH</p> <p>BALAI METROLOGI Jl. Sisingamangaraja No. 21 Yogyakarta Telp. (0274) 375062, 377303 Fax. (0274) 375062</p>	
<p>SERTIFIKAT PENERAAN VERIFICATION CERTIFICATE</p> <p>Nomor : 1610 / UP - 69 / III / 2015</p>	
<p>No. Order : 006975</p> <p>Diterima tgl : 27 Februari 2015</p>	
<p>ALAT Equipment</p> <p>Nama : Ban Ukur</p> <p>Kapasitas : 50 meter</p> <p>Daya Baca : 1 mm</p>	<p>Tipe/Model : -</p> <p>Nomor Seri : -</p> <p>Merek/Buatan : -</p>
<p>PEMILIK Owner</p> <p>Nama : Riko Dwianto</p> <p>Alamat : Salakan RT 03 No. 71 Bangunharjo Sewon Bantul</p>	
<p>METODE, STANDART, TELUSURAN Method, Standard, Traceability</p> <p>Metode : SK Ditjen PDN No 32/ PDN /KEP/3/2010</p> <p>Standard : Komparator 1 m</p> <p>Telusuran : Ke satuan SI melalui LK-045-IDN</p>	
<p>TANGGAL TERA ULANG Date of Verification</p> <p>LOKASI TERA ULANG : Balai Metrologi Yogyakarta</p> <p>KONDISI LINGKUNGAN TERA ULANG : Suhu : 30°C ± 2°C ; Kelembaban : 55% ± 10%</p> <p>HASIL TERA ULANG : DISAHKAN UNTUK TERA ULANG TAHUN 2015</p> <p>DITERA ULANG KEMBALI : 26 Februari 2016</p>	
<p>Yogyakarta, 5 Maret 2015</p> <p>Kepala</p> <p>Soedaryono, SE</p> <p>NIP. 19580114 197903 1 0064</p>	
<p>Halaman 1 dari 2 Halaman</p>	<p>FBM.22-01.T</p>
<p>DILARANG MENGGANDAKAN SEBAGIAN ATAU SELURUHNYA ISI DARI SERTIFIKAT INI TANPA SEIZIN KEPALA BALAI METROLOGI YOGYAKARTA</p>	

LAMPIRAN SERTIFIKAT PENERAAN
ATTACHMENT OF VERIFICATION CERTIFICATE

I. DATA PENERAAN

Verification data

1. Referensi : Riko Dwiantoro
2. Ditera ulang oleh : Marsudi Harjono NIP. 19591117.198401.1.002
Verified by

II. HASIL

Result

Nominal (m)	Nilai Sebenarnya (cm)
0 - 10	1000
0 - 20	2000
0 - 30	3000
0 - 40	4000
0 - 50	5000

Kepala Seksi Teknik Kemetrolgian



Gono, SE. MM
NIP. 19610807.198202.1.007

Lampiran 8. Daftar Presensi Penelitian

DAFTAR PRESENSI PENELITIAN SMA NEGERI 2 NGAGLIK

N o	Nama	Pret est	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1 0	1 1	1 2	1 3	1 4	Postt eset
1	AGUSTIN LISTIANA P	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v
2	ALVIN NI'MAH P	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v
3	ANITA NANDA	v	v	v	v	v	v	-	v	v	v	v	v	v	v	v	v
4	ARFAN JAROQIM L	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v
5	ASMIATI P	v	v	v	v	v	v	v	v	v	-	v	v	v	v	v	v
6	AYU KRISTIANA P	v	v	v	v	-	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v
7	CALVEN OPRAFIUS	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v
8	DENA ARISANDI P	v	v	v	v	v	v	v	v	-	v	v	v	v	v	v	v
9	DWI MAYANGSARI P	v	v	v	v	v	v	-	v	v	v	v	v	v	v	v	v
10	DYAH AYU KRISNANI	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v
11	EVA YUNITA P	v	v	v	v	-	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v
12	FEBRONIA M	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	-	v	v	v
13	FLOURENTIEN TIARA E	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v
14	GUSAR TWO EL-ROI	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	-	v	v	v	v	v
15	KHORYATUL M	v	v	v	v	v	-	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v
16	MEI PRESILIA P	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v
17	MOCHAMAD ARIFIN L	v	v	v	v	v	v	-	v	v	v	v	v	v	v	v	v
18	MONITA DEVI R	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v
19	NURCHOLIS ZIABAM L	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	-	v	v	v	v	v
20	NURUL HIDAYAH P	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	-	v	v
21	RENI AGUSTINA P	v	v	v	v	-	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v
22	RIFA ATUL M	v	v	v	v	v	v	v	-	v	v	v	v	v	v	v	v
23	RIZA RINDARANI P	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v
24	SONY ANDIKA S	v	v	v	-	v	v	v	v	v	-	v	v	v	v	v	v
25	SUDARSIH P	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v
26	SUSI DWI ANASARI P	v	v	v	v	v	-	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v
27	SYEELA AYU PRAMATA	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v
28	YENI SUTANTI P	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	v	-	v	v	v	v
29	YEREMIAS FALLO L	v	v	v	v	v	v	v	v	-	v	v	v	v	v	v	v
30	YESSY WULANDARI P	v	v	v	v	v	-	v	v	v	v	v	-	v	v	v	v

Lampiran 9. Hasil Pretest dan Posttest

No	Nama	Pretest				Posttest			
		Ke 1	Ke 2	Ke 3	Skor akhir	Ke 1	Ke 2	Ke 3	Skor akhir
1	AGUSTIN LISTIANA P	9	10	10	10	14	15	15	15
2	ALVIN NI'MAH P	13	1	13	13	23	24	24	24
3	ANITA NANDA	21	21	19	21	33	34	34	34
4	ARFAN JAROQIM L	12	10	12	12	19	18	19	19
5	ASMIATI P	3	6	6	6	14	14	15	14
6	AYU KRISTIANA P	13	12	13	13	22	21	22	22
7	CALVEN OPRAFIUS	15	16	16	16	21	21	20	21
8	DENA ARISANDI P	15	17	17	17	26	25	26	26
9	DWI MAYANGSARI P	25	21	25	25	30	30	29	30
10	DYAH AYU KRISNANI	12	12	11	12	14	15	15	15
11	EVA YUNITA P	13	11	13	13	19	20	20	20
12	FEBRONIA M	14	15	15	15	22	21	22	22
13	FLOURENTIEN TIARA E	15	16	16	16	23	23	22	23
14	GUSAR TWO EL-ROI	14	14	13	14	21	21	20	21
15	KHORYATUL M	12	11	12	12	14	17	17	17
16	MEI PRESILIA P	17	18	18	18	29	26	29	29
17	MOCHAMAD ARIFIN L	12	15	15	15	24	25	25	25
18	MONITA DEVI R	17	14	17	17	23	24	24	24
19	NURCHOLIS ZIABAM L	17	17	14	17	25	25	25	25
20	NURUL HIDAYAH P	15	13	15	15	24	24	22	24
21	RENI AGUSTINA P	16	16	15	16	21	21	21	21
22	RIFA ATUL M	17	19	19	19	26	28	28	28
23	RIZA RINDARANI P	25	23	25	25	28	30	30	30
24	SONY ANDIKA S	13	14	14	14	17	17	17	17
25	SUDARSIH P	11	12	12	12	19	17	19	19
26	SUSI DWI ANASARI P	12	11	12	12	18	19	19	19
27	SYEELA AYU PRAMATA	13	14	14	14	21	20	21	21
28	YENI SUTANTI P	23	21	23	23	29	30	30	30
29	YEREMIAS FALLO L	24	26	26	26	32	31	32	32
30	YESSY WULANDARI P	12	11	12	12	21	21	19	21

Lampiran 10. Diskripsi Statistik

Statistics

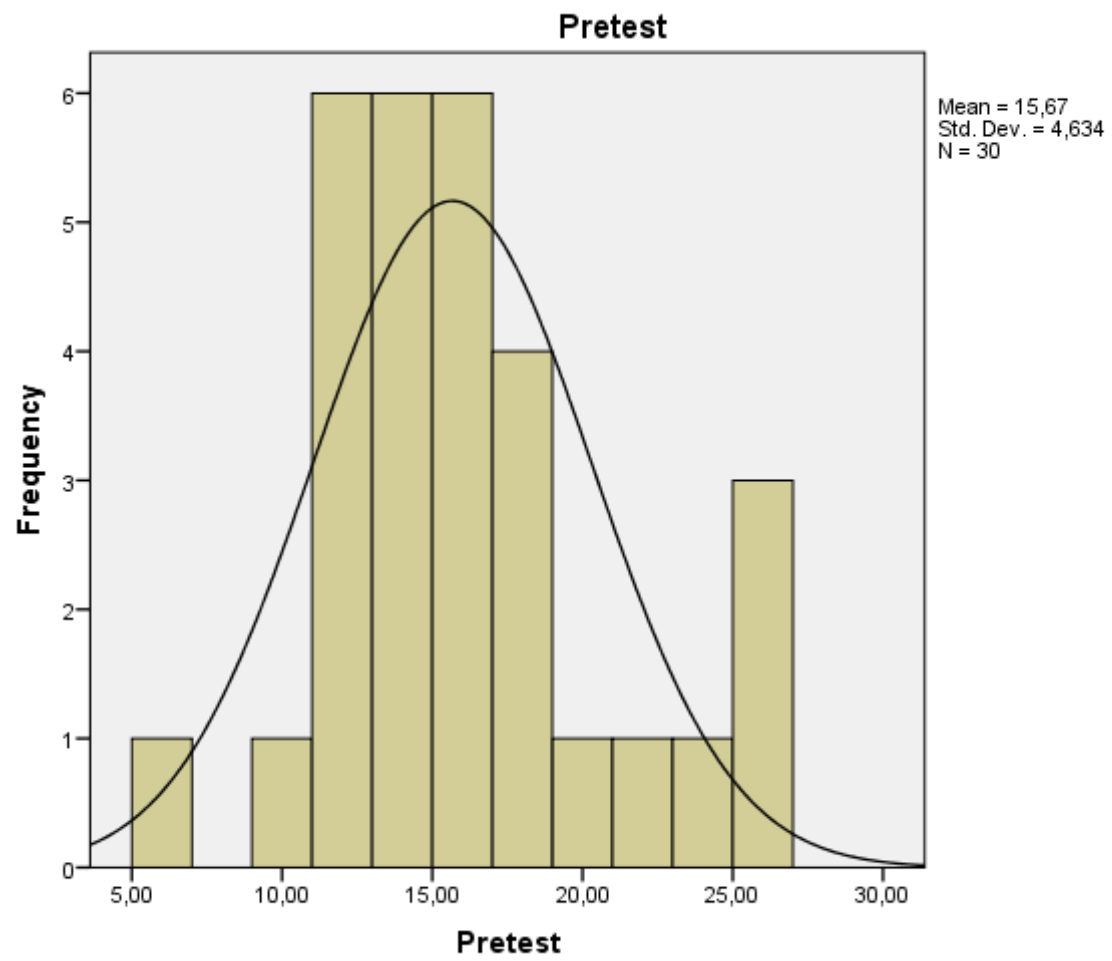
		Pretest	Posttest
N	Valid	30	30
	Missing	0	0
Mean		15,6667	22,9333
Std. Error of Mean		,84600	,95283
Median		15,0000	22,0000
Mode		12,00	21,00
Std. Deviation		4,63371	5,21889
Variance		21,471	27,237
Skewness		,698	,309
Std. Error of Skewness		,427	,427
Kurtosis		,478	-,535
Std. Error of Kurtosis		,833	,833
Range		20,00	20,00
Minimum		6,00	14,00
Maximum		26,00	34,00
Sum		470,00	688,00

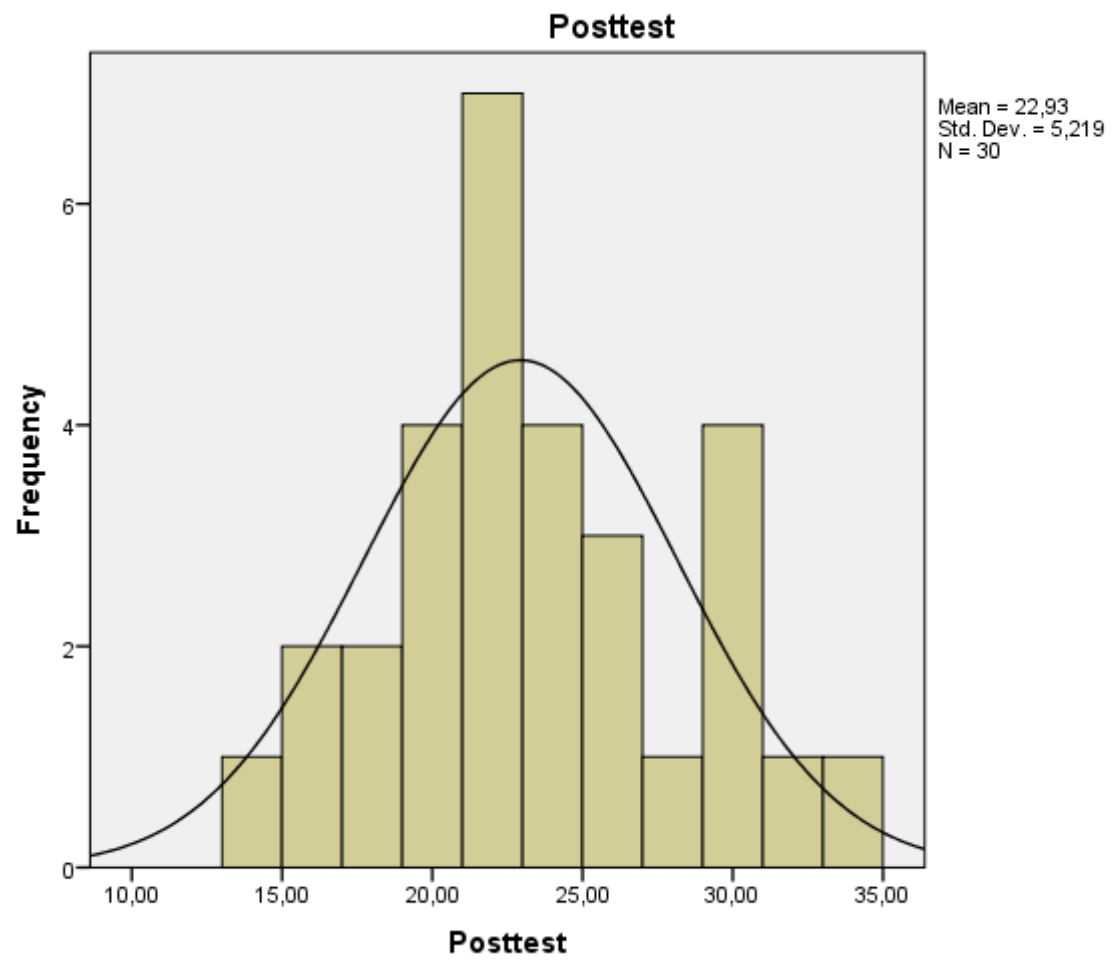
Pretest

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	6,00	1	3,3	3,3	3,3
	10,00	1	3,3	3,3	6,7
	12,00	6	20,0	20,0	26,7
	13,00	3	10,0	10,0	36,7
	14,00	3	10,0	10,0	46,7
	15,00	3	10,0	10,0	56,7
	16,00	3	10,0	10,0	66,7
	17,00	3	10,0	10,0	76,7
	18,00	1	3,3	3,3	80,0
	19,00	1	3,3	3,3	83,3
	21,00	1	3,3	3,3	86,7
	23,00	1	3,3	3,3	90,0
	25,00	2	6,7	6,7	96,7
	26,00	1	3,3	3,3	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

Posttest

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	14,00	1	3,3	3,3	3,3
	15,00	2	6,7	6,7	10,0
	17,00	2	6,7	6,7	16,7
	19,00	3	10,0	10,0	26,7
	20,00	1	3,3	3,3	30,0
	21,00	5	16,7	16,7	46,7
	22,00	2	6,7	6,7	53,3
	23,00	1	3,3	3,3	56,7
	24,00	3	10,0	10,0	66,7
	25,00	2	6,7	6,7	73,3
	26,00	1	3,3	3,3	76,7
	28,00	1	3,3	3,3	80,0
	29,00	1	3,3	3,3	83,3
	30,00	3	10,0	10,0	93,3
	32,00	1	3,3	3,3	96,7
	34,00	1	3,3	3,3	100,0
	Total	30	100,0	100,0	





Lampiran 11. Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Pretest	Posttest
N		30	30
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	15,6667	22,9333
	Std. Deviation	4,63371	5,21889
Most Extreme Differences	Absolute	,153	,111
	Positive	,153	,111
	Negative	-,148	-,079
Test Statistic		,153	,111
Asymp. Sig. (2-tailed)		,069 ^c	,200 ^{c,d}

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Pretest	30	100,0%	0	0,0%	30	100,0%
Posttest	30	100,0%	0	0,0%	30	100,0%

Descriptives

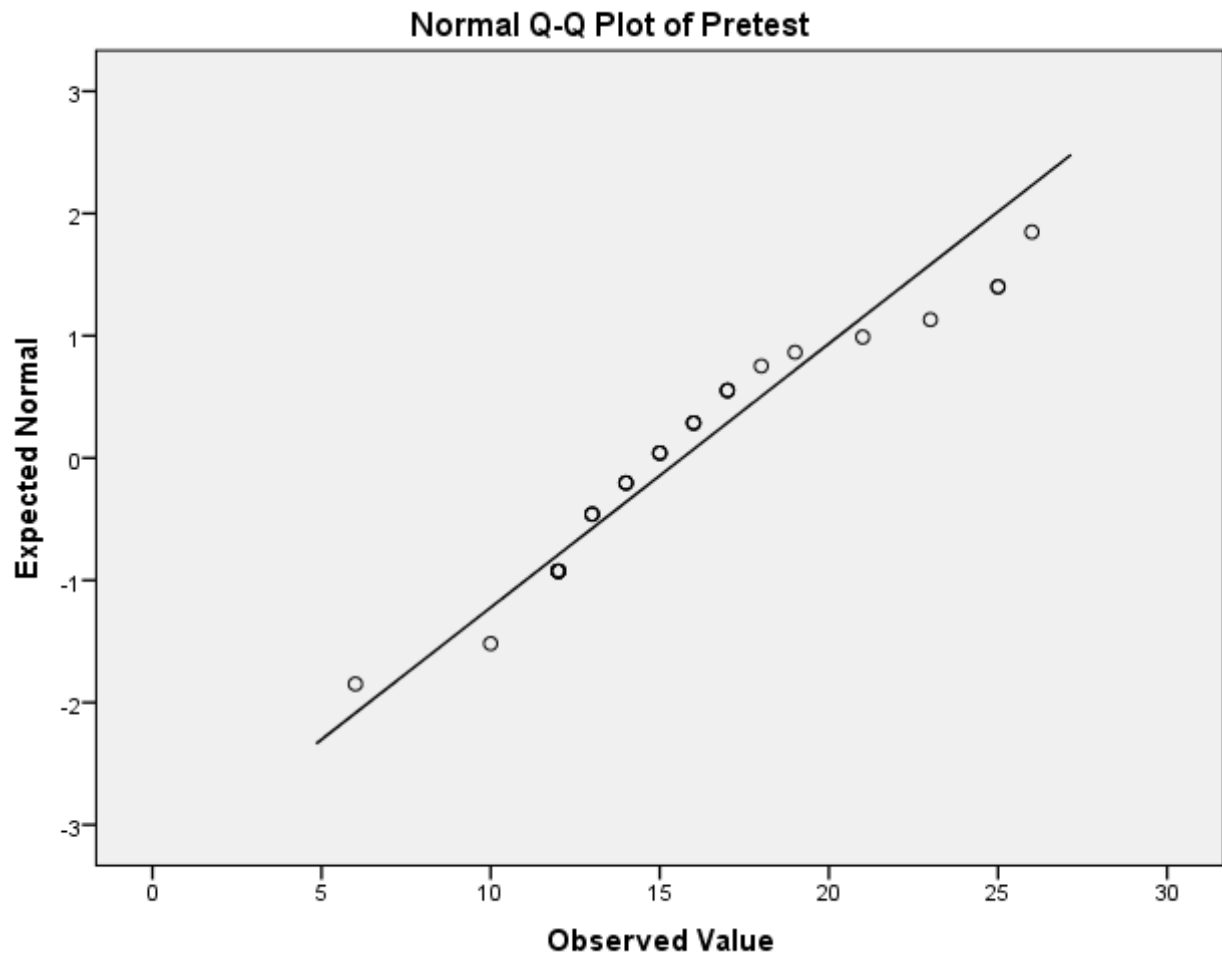
		Statistic	Std. Error
Pretest	Mean	15,6667	,84600
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound 13,9364 Upper Bound 17,3969	
	5% Trimmed Mean	15,5741	
	Median	15,0000	
	Variance	21,471	
	Std. Deviation	4,63371	
	Minimum	6,00	
	Maximum	26,00	
	Range	20,00	
	Interquartile Range	5,25	
	Skewness	,698	,427
	Kurtosis	,478	,833
Posttest	Mean	22,9333	,95283
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound 20,9846 Upper Bound 24,8821	
	5% Trimmed Mean	22,8333	
	Median	22,0000	
	Variance	27,237	
	Std. Deviation	5,21889	
	Minimum	14,00	
	Maximum	34,00	
	Range	20,00	
	Interquartile Range	7,50	
	Skewness	,309	,427
	Kurtosis	-,535	,833

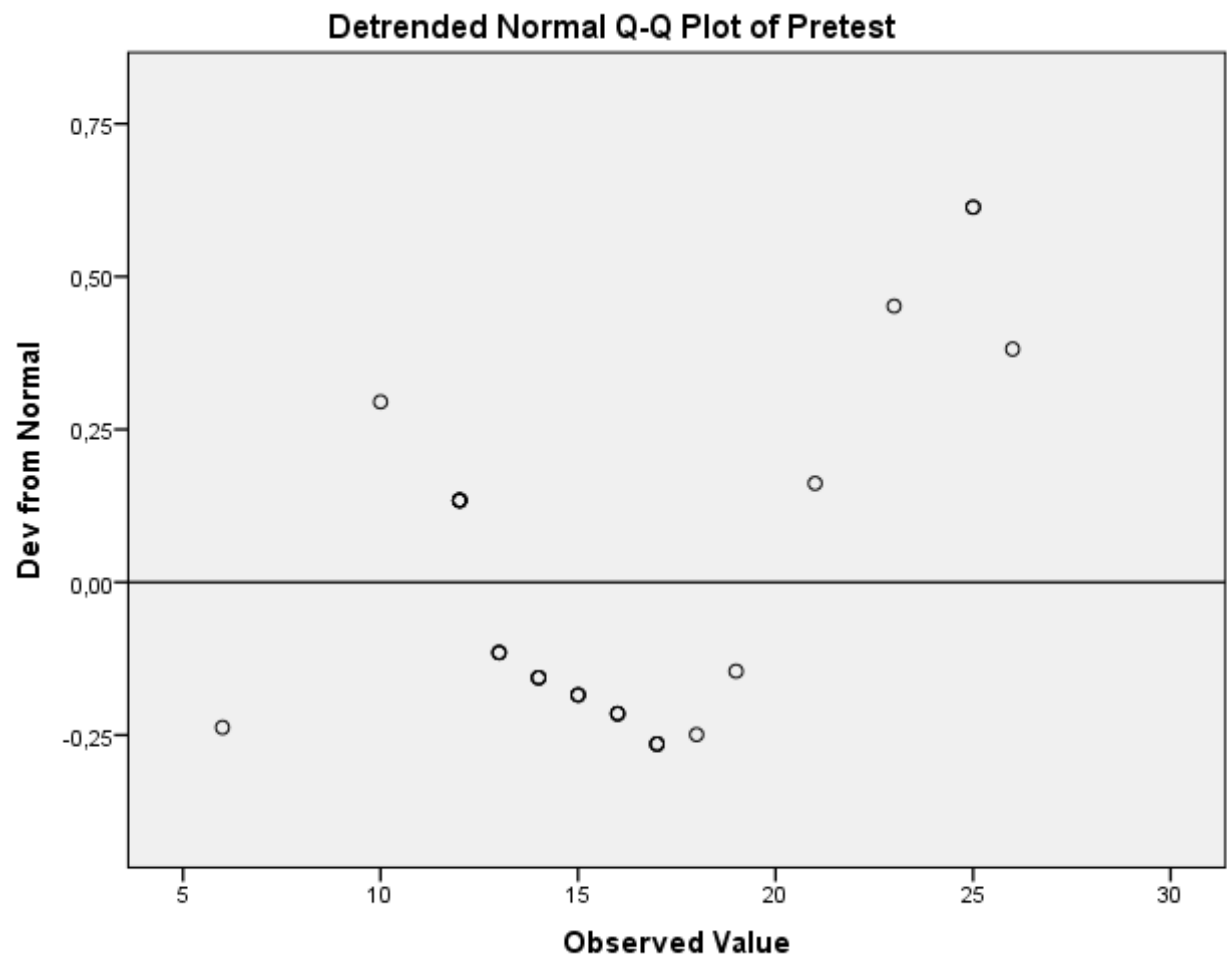
Tests of Normality

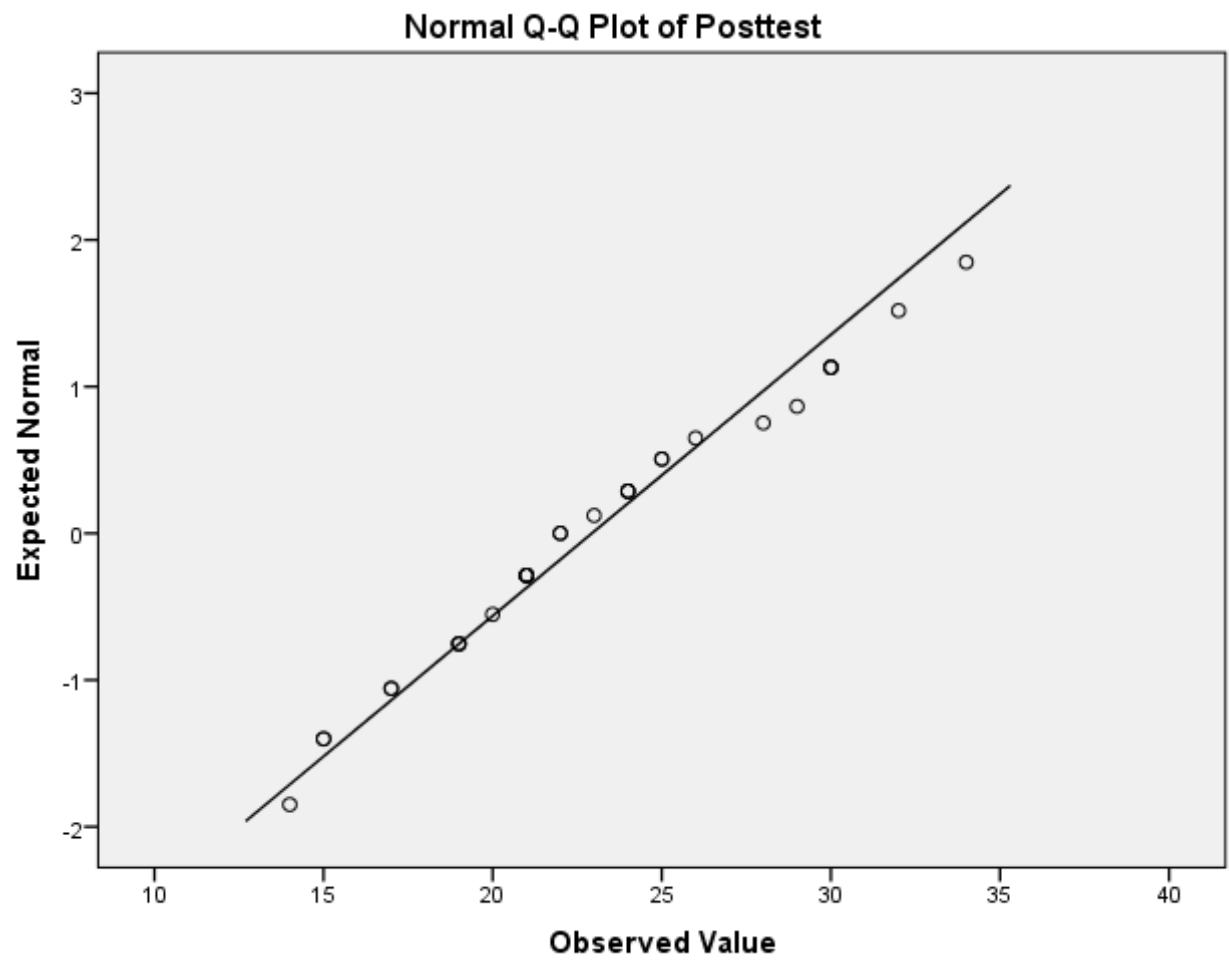
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pretest	,153	30	,069	,924	30	,033
Posttest	,111	30	,200*	,969	30	,499

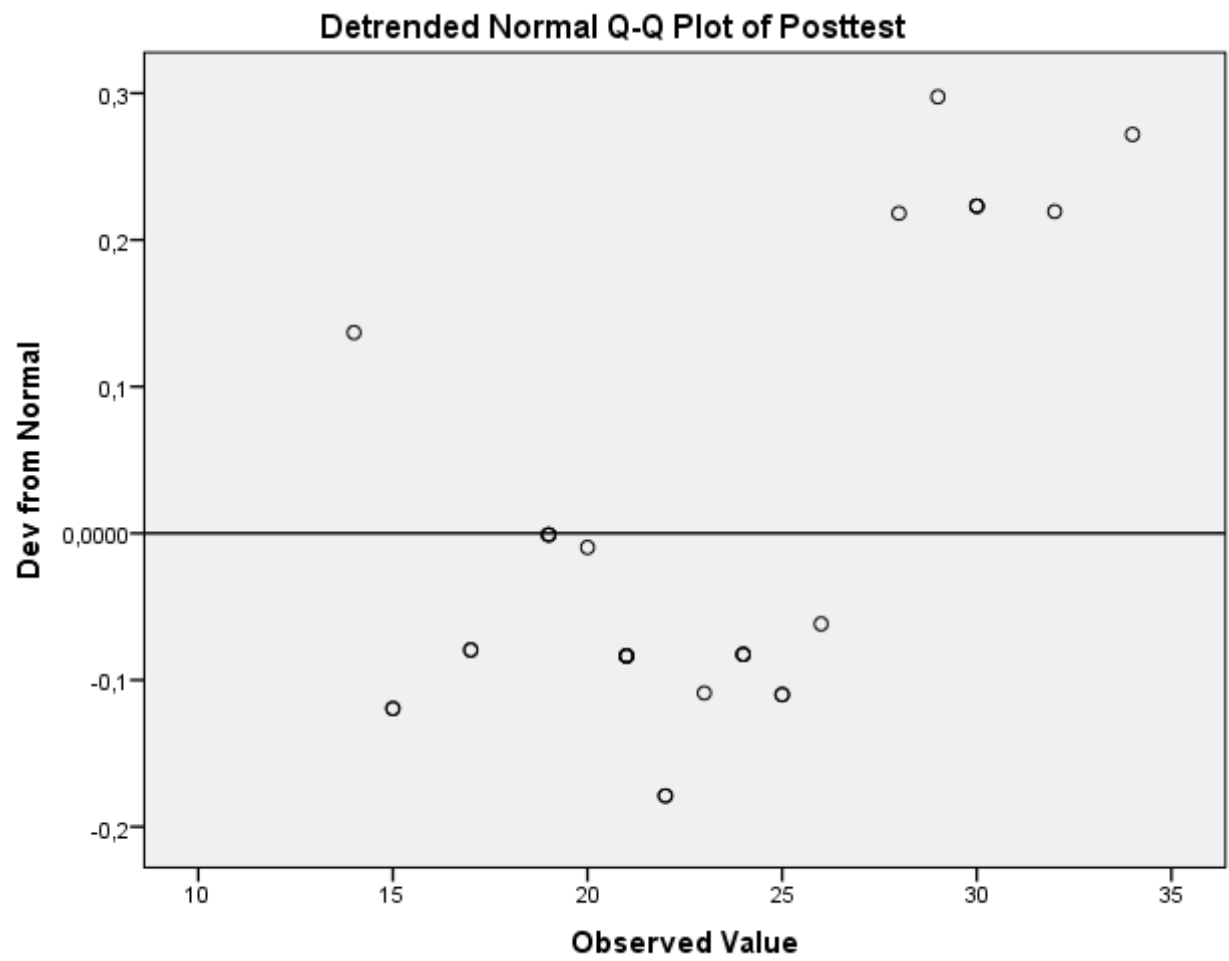
*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction









Lampiran 12. Uji Homogenitas

Test of Homogeneity of Variances

Pretest

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
1,247	7	14	,342

ANOVA

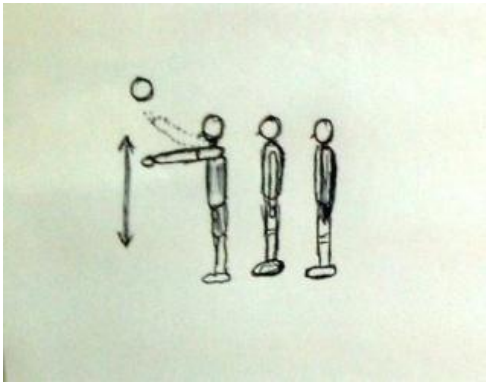
Pretest

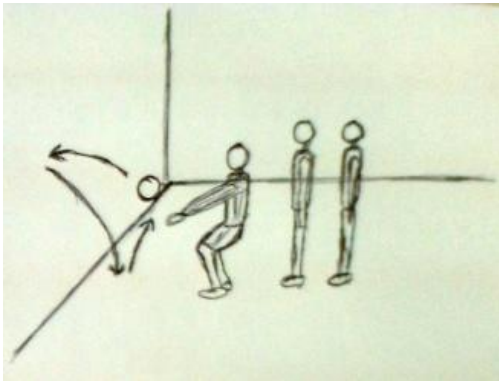
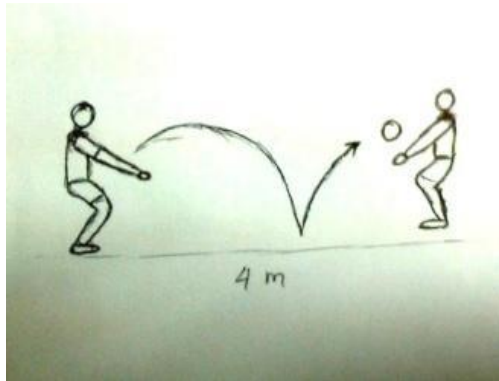
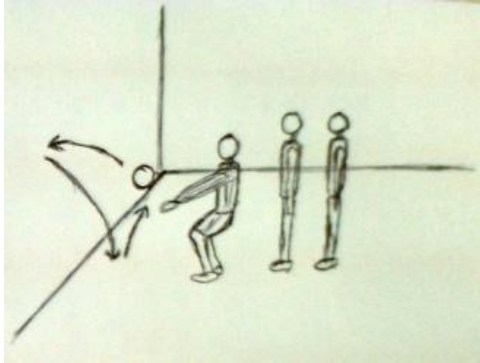
	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	592,800	15	39,520	18,525	,000
Within Groups	29,867	14	2,133		
Total	622,667	29			

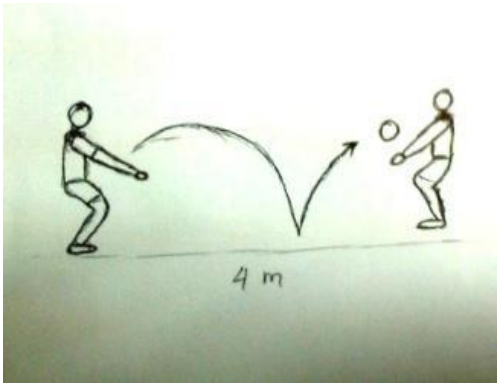
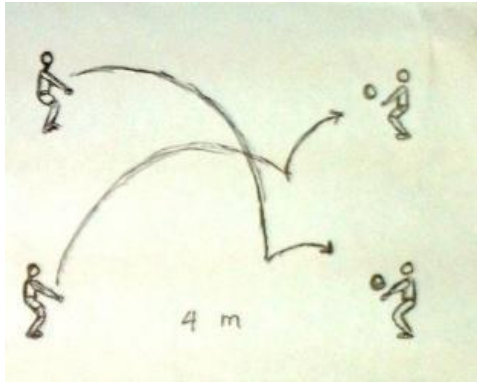
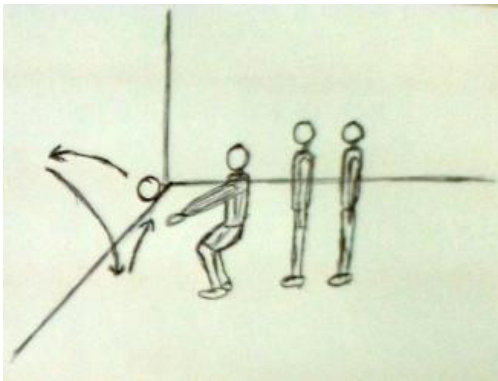
Lampiran 13. Tabel t

df	P = 0.05	P = 0.01	P = 0.001
1	12.71	63.66	636.61
2	4.30	9.92	31.60
3	3.18	5.84	12.92
4	2.78	4.60	8.61
5	2.57	4.03	6.87
6	2.45	3.71	5.96
7	2.36	3.50	5.41
8	2.31	3.36	5.04
9	2.26	3.25	4.78
10	2.23	3.17	4.59
11	2.20	3.11	4.44
12	2.18	3.05	4.32
13	2.16	3.01	4.22
14	2.14	2.98	4.14
15	2.13	2.95	4.07
16	2.12	2.92	4.02
17	2.11	2.90	3.97
18	2.10	2.88	3.92
19	2.09	2.86	3.88
20	2.09	2.85	3.85
21	2.08	2.83	3.82
22	2.07	2.82	3.79
23	2.07	2.81	3.77
24	2.06	2.80	3.75
25	2.06	2.79	3.73
26	2.06	2.78	3.71
27	2.05	2.77	3.69
28	2.05	2.76	3.67
29	2.05	2.76	3.66
30	2.04	2.75	3.65

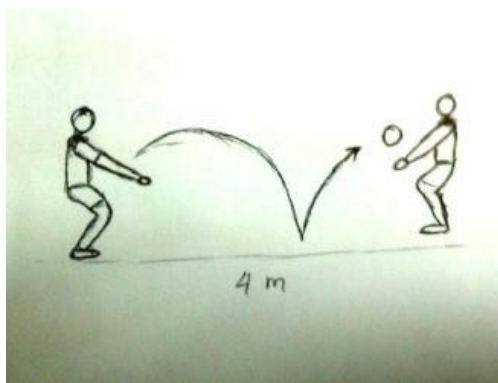
Lampiran 14. Program Latihan

No	Pertemuan dan Latihan yang diberikan	Alokasi Waktu
1.	<p><u>Pertemuan1</u> Pelaksanaan <i>Pretest Passing</i> bawah</p> <ol style="list-style-type: none"> Menjelaskan kepada siswa tentang maksud dan tujuan penelitian passing bawah. Menjelaskan tata cara melaksanakan tes <i>passing</i> bawah. <ul style="list-style-type: none"> Melakukan <i>passing</i> bawah dengan memantul-mantulkan bola kedinding sebanyak tiga kali percobaan. <i>Passing</i> bawah dilakukan secara terus-menerus selama satu menit. Skor akhir diambil dari jumlah pantulan rata-rata dua kali percobaan terbaik. Memberi penjelasan hasil tes yang telah dilaksanakan. 	60 Menit Pendahuluan (5 menit) Pemanasan (10menit) Pelaksanaan <i>Pretest</i> (35 menit) Pendinginan (10 menit)
2.	<p><u>Pertemuan2</u></p> <ol style="list-style-type: none"> Menjelaskan tentang materi latihan <i>passing</i> bawah. Presensi. Pemanasan. Materi latihan bermain bola pantul: <ul style="list-style-type: none"> Pengenalan bola dengan memantul-mantulkan bola ke lantai. 	60 Menit Pendahuluan (5 menit) Pemanasan (10menit) Latihan(35 menit) Pendinginan (10 menit)

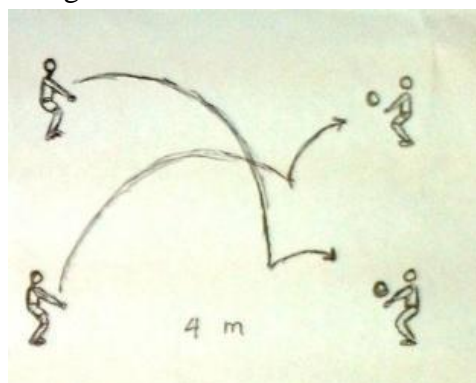
	<ul style="list-style-type: none"> Bermain bola pantul ke tembok  <ul style="list-style-type: none"> Bermain bola pantul ke lantai berpasangan dengan jarak 4 meter. 	
3.	<p><u>Pertemuan3</u></p> <ol style="list-style-type: none"> Menjelaskan tentang materi latihan <i>passing</i> bawah. Presensi. Pemanasan. Materi latihan bermain bola pantul: <ul style="list-style-type: none"> Bermain bola pantul ke tembok 	60 Menit Pendahuluan (5 menit) Pemanasan (10menit) Latihan (35 menit) Pendinginan (10 menit)

	<ul style="list-style-type: none"> Bermain bolapantulkelantai berpasangan dengan jarak 4 meter.  <ul style="list-style-type: none"> Bermain bola pantul ke lantai berpasangan dengan jarak 4 meter silang. 	
4.	<p><u>Pertemuan4</u></p> <ol style="list-style-type: none"> Menjelaskan tentang materi latihan <i>passing</i> bawah. Presensi. Pemanasan. Materi latihan bermain bola pantul: <ul style="list-style-type: none"> Bermain bola pantul ketembok, dengan diberikan sasaran di tembok setinggi 2 meter. 	<p>60 Menit</p> <p>Pendahuluan (5 menit)</p> <p>Pemanasan (10menit)</p> <p>Latihan(35 menit)</p> <p>Pendinginan (10 menit)</p>

- Bermain bola pantul ke lantai berpasangan dengan jarak 4 meter.



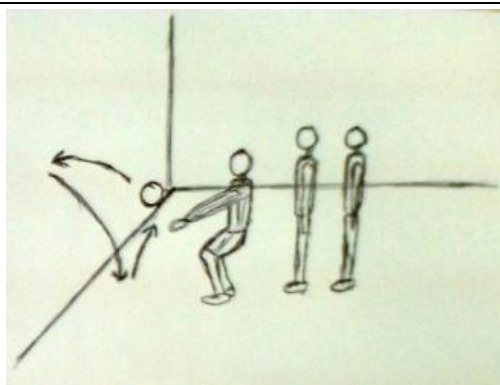
- Bermain bola pantul ke lantai berpasangan dengan jarak 4 meter silang.



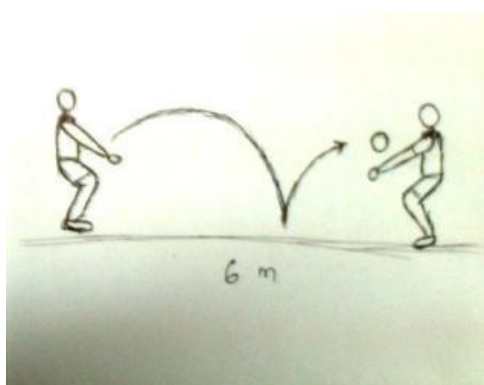
5.

Pertemuan5

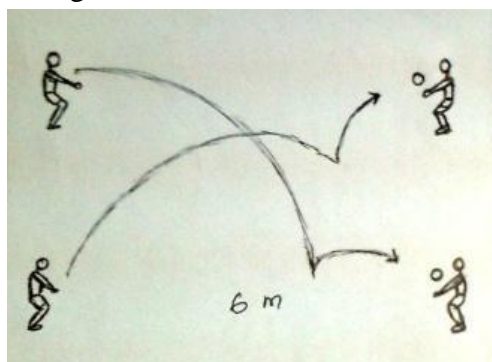
- Menjelaskan tentang materi latihan *passing* bawah.
- Presensi.
- Pemanasan.
- Materi latihan bermain bola pantul:
 - Bermain bola pantul ketembok, dengan diberikan sasaran di tembok setinggi 2,44 meter.



- Bermain bolapantulkanantai berpasangan dengan jarak 6 meter.



- Bermain bolapantulkanantai berpasangan dengan jarak 6 meter silang.

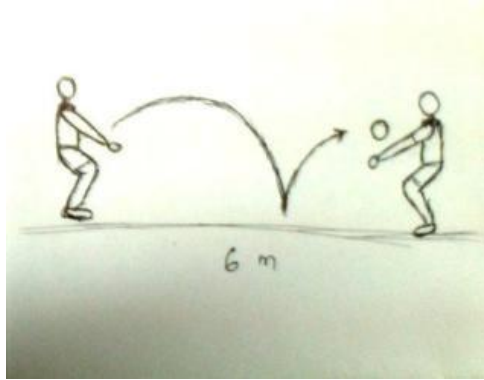


6.

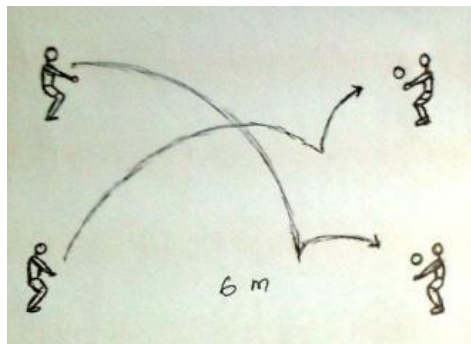
Pertemuan6

- Menjelaskan tentang materi latihan *passing* bawah.
- Presensi.
- Pemanasan.
- Materi latihan bermain bola pantul:
 - Bermain bola pantul ke lantai berpasangan dengan jarak 6 meter.

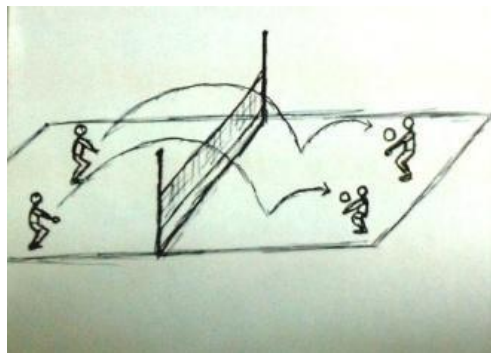
60 Menit
 Pendahuluan
 (5 menit)
 Pemanasan (10menit)
 Latihan (35 menit)
 Pendinginan (10 menit)



- Bermain bola pantul ke lantai berpasangan dengan jarak 6 meter silang.



- Bermain bolapantulkelantai berpasangan dibatasi net 1 meter.

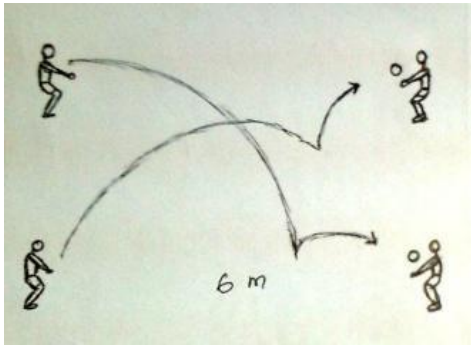
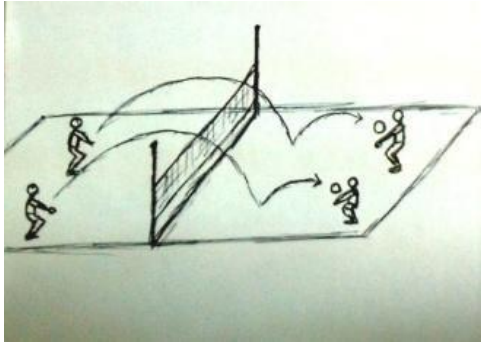
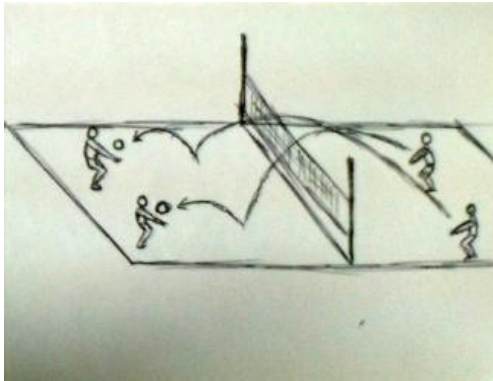


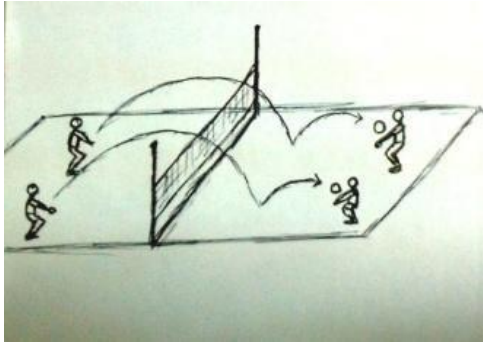
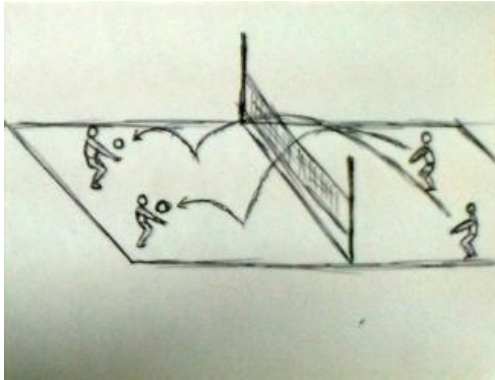
7.

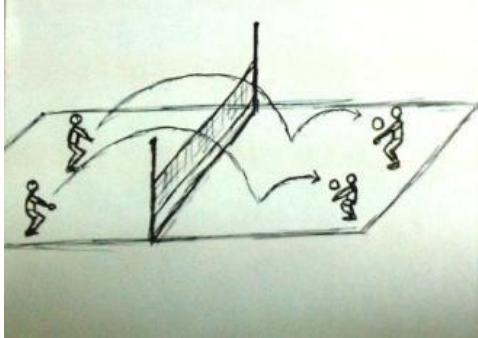
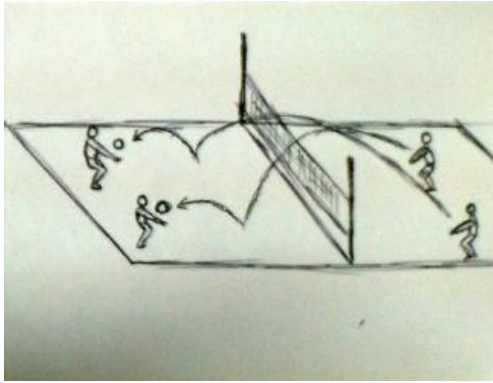
Pertemuan7

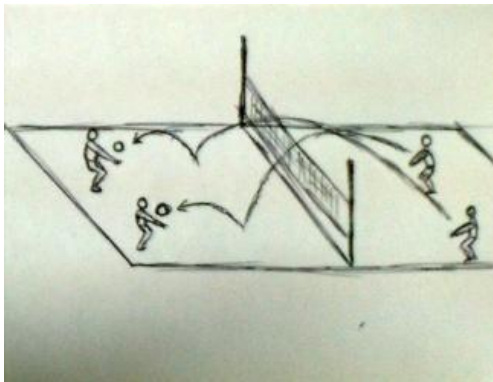
- Menjelaskan tentang materi latihan *passing* bawah.
- Presensi.
- Pemanasan.
- Materi latihan bermain bola pantul:

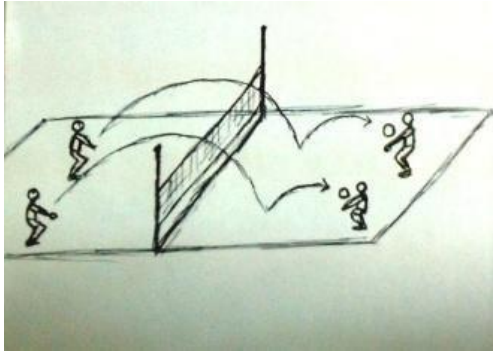
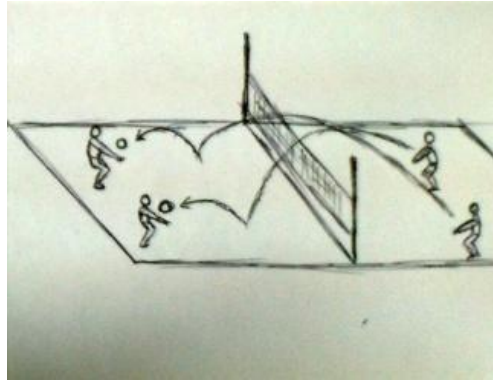
60 Menit
 Pendahuluan
 (5 menit)
 Pemanasan (10menit)
 Latihan(35 menit)
 Pendinginan (10 menit)

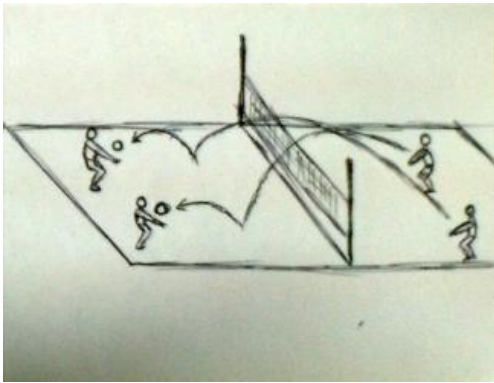
	<ul style="list-style-type: none"> Bermain bolapantulkelantai berpasangan dengan jarak 6 meter silang.  <ul style="list-style-type: none"> Bermain bolapantulkelantai berpasangan dibatasi net 1 meter.  <ul style="list-style-type: none"> Bermain bolapantulkelantai berpasangan dibatasi net 1 meter silang. 	
8.	<p><u>Pertemuan8</u></p> <ol style="list-style-type: none"> Menjelaskan tentang materi latihan <i>passing</i> bawah. Presensi. Pemanasan. 	<p>60 Menit</p> <p>Pendahuluan (5 menit)</p> <p>Pemanasan (10menit)</p> <p>Latihan(35 menit)</p>

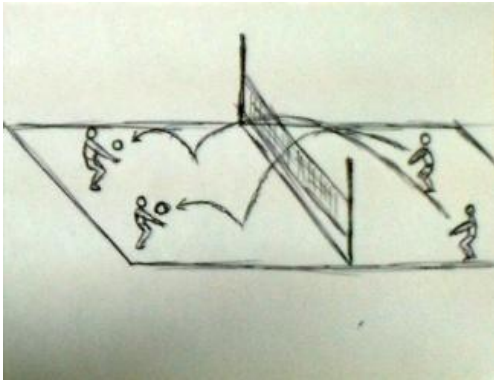
	<p>d. Materi latihan bermain bola pantul:</p> <ul style="list-style-type: none"> Bermain bola pantul ke lantai berpasangan dibatasi net 1 meter.  <ul style="list-style-type: none"> Bermain bola pantul ke lantai berpasangan dibatasi net 1 meter silang.  <ul style="list-style-type: none"> Bermain bola pantul kelantai beregu dibatasi net dengan tinggi 1 meter. <p>Peraturan dari bermain bola pantul ini adalah sebelum bola dipassing bawah, pemain harus menunggu bola memantul satu kali di daerah lapangannya. Setiap pemain boleh memberikan passing bawah bola ketemannya sejumlah anggota tim sebelum bola dipassing ke daerah lawan.</p>	Pendinginan (10 menit)
9.	<p><u>Pertemuan9</u></p> <ol style="list-style-type: none"> Menjelaskan tentang materi latihan <i>passing</i> bawah. Presensi. Pemanasan. Materi latihan bermain bola pantul: 	<p>60 Menit</p> <p>Pendahuluan (5 menit)</p> <p>Pemanasan (10menit)</p> <p>Latihan(35 menit)</p> <p>Pendinginan (10 menit)</p>

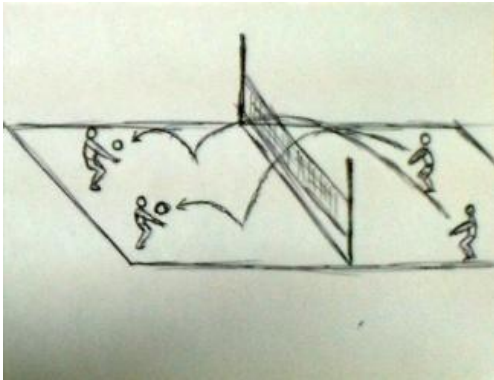
	<ul style="list-style-type: none"> Bermain bola pantul kelantai berpasangan dibatasi net 2 meter.  <ul style="list-style-type: none"> Bermain bola pantul kelantai berpasangan dibatasi net 2 meter silang.  <ul style="list-style-type: none"> Bermain bola pantul ke lantai beregu dibatasi net dengan tinggi 2 meter. <p>Peraturan dari bermain bola pantul ini adalah sebelum bola dipassing bawah, pemain harus menunggu bola memantul satu kali di daerah lapangannya. Setiap pemain boleh memberikan passing bawah bola ketemannya sejumlah anggota tim sebelum bola dipassing ke daerah lawan.</p>	
10.	<p><u>Pertemuan10</u></p> <ol style="list-style-type: none"> Menjelaskan tentang materi latihan <i>passing bawah</i>. Presensi. Pemanasan. Materi latihan bermain bola pantul: 	<p>60 Menit</p> <p>Pendahuluan (5 menit)</p> <p>Pemanasan (10menit)</p> <p>Latihan(35 menit)</p> <p>Pendinginan (10 menit)</p>

	<ul style="list-style-type: none"> Bermain bola pantul ke lantai berpasangan dibatasi net 2 meter silang.  <ul style="list-style-type: none"> Bermain bola pantul ke lantai beregu dibatasi net dengan tinggi 2 meter. <p>Peraturan dari bermain bola pantul ini adalah sebelum bola dipassing bawah, pemain harus menunggu bola memantul satu kali di daerah lapangannya. Setiap pemain boleh memberikan passing bawah bola ketemannya sejumlah anggota tim sebelum bola dipassing ke daerah lawan.</p> <ul style="list-style-type: none"> Bermain bola pantul beregu kelantai dibatasi net 2 meter <p>Dilakukan seperti permainan voli biasa, bola servis tidak boleh langsung dipukul bola harus memantul ke lantai dulu. Maksimal satu tim memainkan bola sebanyak 3 kali dan bola harus segera dikembalikan ke tim lawan, demikian seterusnya sampai bolamati.</p>	
11.	<p><u>Pertemuan11</u></p> <ol style="list-style-type: none"> Menjelaskan tentang materi latihan <i>passing</i> bawah. Presensi. Pemanasan. Materi latihan bermain bola pantul: <ul style="list-style-type: none"> Bermain bola pantul ke lantai 	<p>60 Menit</p> <p>Pendahuluan (5 menit)</p> <p>Pemanasan (10menit)</p> <p>Latihan(35 menit)</p> <p>Pendinginan (10 menit)</p>

	<p>berpasangan dibatasi net standar.</p>  <ul style="list-style-type: none"> • Bermain bola pantul menyilang kelantai berpasangan dibatasi net standar  <ul style="list-style-type: none"> • Bermain bolapantulkelantai beregu dibatasi net standar. <p>Peraturan dari bermain bolapantuliniadalah sebelumbola dipassingbawah, pemainharus menunggu bola memantul satu kali didaerah lapangannya. Setiap pemainboleh memberikan passingbawah bola ketemannyasejumlah anggotatim sebelumbola dipassingkedaerah lawan.</p>	
12	<p><u>Pertemuan12</u></p> <ol style="list-style-type: none"> Menjelaskan tentang materi latihan <i>passing</i> bawah. Presensi. Pemanasan. Materi latihan bermain bola pantul: 	<p>60 Menit</p> <p>Pendahuluan (5 menit)</p> <p>Pemanasan (10menit)</p> <p>Latihan(35 menit)</p> <p>Pendinginan (10 menit)</p>

	<ul style="list-style-type: none"> Bermain bola pantul menyilang kelantai berpasangan dibatasi net standar  <ul style="list-style-type: none"> Bermain bola pantul ke lantai beregu dibatasi net standar. <p>Peraturan dari bermain bola pantul ini adalah sebelum bola dipassing bawah, pemain harus menunggu bola memantul satu kali didaerah lapangannya. Setiap pemain boleh memberikan passing bawah bola ketemannya sejumlah anggota tim sebelum bola dipassing ke daerah lawan.</p> <ul style="list-style-type: none"> Bermain bola pantul beregu kelantai dibatasi net standar. <p>Dilakukan seperti permainan voli biasa, bola servis tidak boleh langsung dipukul bola harus memantul ke lantai dulu. Maksimal satu tim memainkan bola sebanyak 3 kali dan bola harus segera dikembalikan ketim lawan, demikian seterusnya sampai bolamati.</p>	
13.	<p><u>Pertemuan13</u></p> <ol style="list-style-type: none"> Menjelaskan tentang materi latihan <i>passing</i> bawah. Presensi. Pemanasan. Materi latihan bermain bolapantul: 	<p>60 Menit</p> <p>Pendahuluan (5 menit)</p> <p>Pemanasan (10menit)</p> <p>Latihan(35 menit)</p> <p>Pendinginan (10 menit)</p>

	<ul style="list-style-type: none"> Bermain bola pantul menyilang kelantai berpasangan dibatasi net standar  <ul style="list-style-type: none"> Bermain bolapantul kelantai beregu dibatasi net standar. <p>Peraturan dari bermain bola pantul ini adalah sebelum bola dipassing bawah, pemain harus menunggu bola memantul satu kali di daerah lapangannya. Setiap pemain boleh memberikan passing bawah bola ketemannya sejumlah anggota tim sebelum bola dipassing ke daerah lawan.</p> <ul style="list-style-type: none"> Bermain bola pantul beregu kelantai dibatasi net standar. <p>Dilakukan seperti permainan voli biasa, bola servis tidak boleh langsung dipukul bola harus memantul ke lantai dulu.</p> <p>Maksimal satu tim memainkan bola sebanyak 3 kali dan bola harus segera dikembalikan ketim lawan, demikian seterusnya sampai bola mati.</p>	
14.	<p><u>Pertemuan14</u></p> <ol style="list-style-type: none"> Menjelaskan tentang materi latihan <i>passing</i> bawah. Presensi. Pemanasan. Materi latihan bermain bolapantul: 	60 Menit Pendahuluan (5 menit) Pemanasan (10menit) Latihan(35 menit) Pendinginan

	<ul style="list-style-type: none"> Bermain bola pantul menyilang kelantai berpasangan dibatasi net standar  <ul style="list-style-type: none"> Bermain bola pantul ke lantai beregu dibatasi net standar. <p>Peraturan dari bermain bola pantul ini adalah sebelum bola dipassing bawah, pemain harus menunggu bola memantul satu kali didaerah lapangannya. Setiap pemain boleh memberikan passing bawah bola ketemannya sejumlah anggota tim sebelum bola dipassing ke daerah lawan.</p> <ul style="list-style-type: none"> Bermain bola pantul beregu kelantai dibatasi net standar. <p>Dilakukan seperti permainan voli biasa, bola servis tidak boleh langsung dipukul bola harus memantul ke lantai dulu.</p> <p>Maksimal satu tim memainkan bola sebanyak 3 kali dan bola harus segera dikembalikan ke tim lawan, demikian seterusnya sampai bola mati.</p>	(10 menit)
15.	<p><u>Pertemuan15</u></p> <ol style="list-style-type: none"> Menjelaskan tentang materi latihan <i>passing</i> bawah. Presensi. Pemanasan. Materi latihan bermain bolapantul: 	60 Menit Pendahuluan (5 menit) Pemanasan (10menit) Latihan(35 menit) Pendinginan (10 menit)

	<ul style="list-style-type: none"> • Bermain bola pantul ke lantai beregu dibatasi net standar. <p>Peraturan dari bermain bola pantul ini adalah sebelum bola dipassing bawah, pemain harus menunggu bola memantul satu kali di daerah lapangannya. Setiap pemain boleh memberikan passing bawah bola ketemannya sejumlah anggota tim sebelum bola dipassing ke daerah lawan.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bermain bola pantul beregu kelantai dibatasi net standar. <p>Dilakukan seperti permainan voli biasa, bola servis tidak boleh langsung dipukul bola harus memantul ke lantai dulu. Maksimal satu tim memainkan bola sebanyak 3 kali dan bola harus segera dikembalikan ke tim lawan, demikian seterusnya sampai bolamati.</p>	
16.	<p><u>Pertemuan16</u> Pelaksanaan <i>Posttest Passing</i> bawah</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Menjelaskan kepada siswa tentang maksud dan tujuan penelitian passing bawah. b. Menjelaskan tata cara melaksanakan tes <i>passing</i> bawah. <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan <i>passing</i> bawah dengan memantul-mantulkan bola ke dinding sebanyak tiga kali percobaan. • <i>Passing</i> bawah dilakukan secara terus-menerus selama satu menit. • Skor akhir diambil dari jumlah pantulan rata-rata dua kali percobaan terbaik. c. Memberi penjelasan hasil tes yang telah dilaksanakan. 	<p>60 Menit Pendahuluan (5 menit) Pemanasan (10menit) Latihan(35 menit) Pendinginan (10 menit)</p>

Lampiran 15. Dokumentasi







